

<<产后病合理用药190问>>

图书基本信息

书名：<<产后病合理用药190问>>

13位ISBN编号：9787506740418

10位ISBN编号：7506740419

出版时间：2009-2

出版时间：中国医药科技出版社

作者：曾春晖，张伟 编著

页数：160

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<产后病合理用药190问>>

内容概要

本书以简单问答的形式，站在患者的角度提出问题，从常见的产后疾病人手，比较全面的介绍了，各种产后疾病的基本药物治疗、药物不良反应、用药禁忌、食疗和保健方面的知识。

本书涉及中西医多个方面，内容丰富，通俗易懂，具有很强的科普性和实用性，适合广大的产妇及其家属阅读。

<<产后病合理用药190问>>

书籍目录

1. “月子”里的日子有哪些变化？
2. 坐月子八问各为何？
3. 产后为什么还会“肚子疼”？
4. 产后何时再见“好朋友”？
5. 产后如何避孕？
6. “月子”里人体有哪些变化？
7. 如何制定产后恢复计划？
8. 产褥体操的好处有哪些？
9. 产后保养有哪十个错误？
10. 产后伤口护理八重点是什么？
11. 产后及时排尿有利子宫复原吗？
12. 产褥期如何健康饮食？
13. 产后美丽四对策是什么？
14. 哺乳期妇女睡卧有什么规矩？
15. 产后洗澡利于健康吗？
16. 如何谨防“妈妈腕”？
17. 产后如何祛斑？
18. 产后宫缩痛可以中医治疗吗？
19. 为什么产后应小心护理减少隐患？
20. 产后如何应对便秘？
21. 产后两便不通有哪十六方？
22. 产后如何休息？
23. 妇女产后如何防手脚痛？
24. 什么叫“产褥汗”？
25. 产后出汗需要治疗吗？
26. 中医如何调理产后虚汗？
27. 产妇怎么样洗浴？
28. 为什么产后仍然需要补钙？
29. 产后小便困难如何解决？
30. 有哪几种常见的产后运动？
31. 孕妇产后如何防肛裂？
32. 产后应服“生化汤”吗？
33. 产后宜立即吃老母鸡吗？
34. 产后宜立即服用人参吗？
35. 如何痛快挥别产后的几种疼痛？
36. 产后常见哪几种后遗症？
37. 产后常发生哪些疾病？
38. 什么是产后出血，有什么危害？
39. 哪些原因导致产后出血？
40. 晚期产后出血如何诊断？
41. 晚期产后出血的治疗原则是什么？
42. 如何预防产后出血？
43. 为什么产后仍然要使用“催产素”？
44. 催产素可以催产吗？
45. 催产素也能导致产妇大出血吗？

<<产后病合理用药190问>>

- 46.催产素使用过多有副作用吗？
- 47.“麦角新碱”是更强的“催产素”吗？
- 48.高血压的产妇不能使用催产素吗？
- 49.产后要慎用止血药吗？
- 50.产后出血可以用中医治疗吗？
- 51.为什么维生素K也可以止血？
- 52.维生素K止血无毒无害吗？
- 53.席汉综合征和产后出血有关吗？
- 54.席汉综合征要和哪些疾病相鉴别？
- 55.患上了席汉综合征怎么办？
- 56.席汉综合征补充激素需要注意什么问题？
- 57.如何做“人工周期”？
- 58.席汉综合征需要终生用药吗？
- 59.为什么席汉综合征不需要补充盐皮质激素？
- 60.席汉综合征如何用中药治疗？
- 61.发生垂体危象怎么办？
- 62.什么是产褥感染，与产褥病率有什么区别？
- 63.产褥感染有哪些原因？
- 64.产褥感染主要由哪些病原体引起？
- 65.产褥感染有哪些表现？
- 66.如何诊断产褥感染？
- 67.如何预防产褥感染？
- 68.产褥感染如何治疗？
- 69.中医如何对产褥感染辨证施治？
- 70.你了解急性乳腺炎吗？
- 71.急性乳腺炎有什么表现？
- 72.急性乳腺炎如何治疗？
- 73.中医如何治疗乳腺炎？
- 74.你知道中医靓汤可以帮你轻松摆脱乳腺炎吗？
- 75.治疗急性乳腺炎八方各是什么？
- 76.产后可以使用抗生素吗？
- 77.抗生素都能杀死细菌吗？
- 78.什么叫抗生素的抗菌谱，抗菌谱越广越好吗？
- 79.细菌为什么会耐药？
- 80.滥用抗菌药物有哪些危害？
- 81.“三不三问”是什么？
- 82.使用抗生素有哪些误区？
- 83.你知道抗生素的“利害”吗？
- 84.抗生素能这样使用吗？
- 85.哪些抗生素宜空腹服？
- 86.抗生素越贵疗效越好吗？
- 87.抗生素有哪些不良反应？
- 88.如何预防抗生素的不良反应？
- 89.抗生素使用时需要首剂加倍吗？
- 90.茶可以与抗生素同服吗？
- 91.避孕药能与抗生素同服吗？
- 92.饮食对口服抗生素有什么影响？

<<产后病合理用药190问>>

- 93.青霉素类药物有哪些副作用？
- 94.头孢类药物有哪些副作用？
- 95.青霉素类药物和头孢类药物的增强剂是怎么回事？
- 96.有人说头孢类药物不需要做皮试，对吗？
- 97.头孢类药物造成过敏反应应注意哪些方面？
- 98.三代头孢比一、二代头孢疗效好吗？
- 99.发生青霉素或者头孢菌素过敏有哪些表现？
- 100.服药后喝酒有哪些危害？
- 101.你知道常见头孢类药物的每天最大使用剂量是多少吗？
- 102.什么是药物过敏？
- 103.药物过敏有哪些临床表现？
- 104.红霉素类药物有哪些副作用？
- 105.中药可以缓解红霉素的不良反应吗？
- 106.产褥期可以使用链霉素吗？
- 107.为什么产褥期不能使用喹诺酮类药物？
- 108.克林霉素也能抗厌氧菌吗？
- 109.产褥期的感染经常需要联合用药吗？
- 110.甲硝唑有什么不良反应？
- 111.为什么产褥感染会导致血栓静脉炎？
- 112.治疗血栓静脉炎常用的药物有哪些？
- 113.影响抗凝药效果的因素有哪些？
- 114.抗凝药物应如何使用？
- 115.抗凝药物过量怎么办？
- 116.低分子肝素和高分子肝素有什么区别？
- 117.阿司匹林不是解热镇痛药吗，为什么也可以抗凝？
- 118.阿司匹林如何服用？
- 119.你了解双香豆素吗？
- 120.你了解神奋曲链激酶吗？
- 121.链激酶有什么不良反应？
- 122.咖啡+退热药=肝衰竭？
- 123.常用的退热药物有哪些？
- 124.你了解常用的退热药吗？
- 125.退热药能常吃吗？
- 126.水杨酸类药物有哪些副作用？
- 127.阿司匹林最佳服用时间是什么时候？
- 128.长期服用阿司匹林有什么副作用？
- 129.应慎用退热药吗？
- 130.激素是退热良药吗？
- 131.你了解糖皮质激素吗？
- 132.雌激素是催肥剂吗？
- 133.什么是产后阴道炎？
- 134.产后也能使用“达克宁栓”吗？
- 135.产后如何做好乳房护理？
- 136.为什么产后需要提倡母乳喂养？
- 137.为什么急性乳腺炎常发生在哺乳期？
- 138.患了乳腺炎还能喂宝宝母乳吗？
- 139.哪些情况不能母乳喂养宝宝？

<<产后病合理用药190问>>

- 140.产褥期需要退奶怎么办？
- 141.你知道哺乳禁忌饮食和胀退奶如何处理吗？
- 142.你知道回奶简易十方吗？
- 143.造成奶水不足的原因有哪些？
- 144.催乳食谱有哪些？
- 145.有通乳作用的药物有哪些？
- 146.为什么产后容易脱发？
- 147.产后脱发如何解决？
- 148.产后脱发如何分型论治？
- 149.中医教你春季如何滋养发丝？
- 150.什么是产后抑郁症？
- 151.如何判断生育后是否患上抑郁症？
- 152.产后抑郁症有何表现？
- 153.产后抑郁症对孩子有什么影响？
- 154.产后抑郁症与内分泌因素有关吗？
- 155.产后抑郁影响孩子发育吗？
- 156.减轻产后抑郁症有哪些有效方法？
- 157.产后抑郁与疲倦相关吗？
- 158.如何让产妇走出产后抑郁症的阴影？
- 159.抗抑郁的药物有哪些？
- 160.抗抑郁症药物有哪些副作用？
- 161.治疗抑郁症用药存在哪些误区？
- 162.治疗抑郁症药物选用有哪些原则？
- 163.抑郁症中、重度患者必须服药吗？
- 164.服用抗抑郁药时可以怀孕吗？
- 165.抑郁症如何自我认识？
- 166.父亲产后抑郁也影响宝宝发育吗？
- 167.抑郁症如何自我调理？
- 168.抗抑郁用药有哪些禁忌？
- 169.抑郁症患者如何饮食调理？
- 170.你知道清爽小菜能帮你与产后抑郁说再见吗？
- 171.什么是产褥中暑？
- 172.为什么产褥期容易中暑？
- 173.产褥中暑有哪些家庭急救措施？
- 174.如何预防产褥中暑？
- 175.产褥中暑如何治疗？
- 176.产褥中暑的进程如何？
- 177.“冬眠疗法”是怎么回事？
- 178.“冬眠疗法”的适应证及禁忌证有哪些？
- 179.常用的冬眠药物有哪些？
- 180.使用冬眠疗法要注意的事项及如何判断其疗效？
- 181.产后如何防止子宫脱垂？
- 182.如何防止乙肝母婴传播？
- 183.什么是盆腔瘀血症？
- 184.如何防治产后盆腔静脉曲张？
- 185.产后应适量饮红糖水吗？
- 186.产后为什么易患膀胱炎及肾盂肾炎？

<<产后病合理用药190问>>

187. 产后健忘属正常现象吗？

188. 孕期补充铁质易致产后便秘吗？

189. 产后“紧腹束腰”有哪些害处？

190. 如何美化剖宫产后的疤痕？

章节摘录

1. “月子”里的日子有哪些变化？

俗称的坐月子，在医学教科书上称之为产褥期。

解放以前的理解农村中就认为产后坐月子的时间为1个月，产后休息满1个月就是全部恢复了，妇女就要参加体力劳动，有不少的老年妇女患有子宫脱垂等疾病，可能就是与产后休养不足时有一定关系。解放以后党和政府十分关心妇女和儿童的健康，国家制定了母婴保护法。

对妇女产后休养假期规定为56天。

现代医学教科书明确规定：产褥期是指胎儿、胎盘娩出后的产妇身体、生殖器官和心理方面调适复原的一段时间，需6—8周，也就是42~56天。

在这段坐月子的6~8周时间内，产妇应该以休息为主，尤其是产后15天内应以卧床休息为主，调养好身体，促进全身器官各系统尤其是生殖器官的尽快恢复。

在怀孕期间，孕妇承担了供给胎儿生长发育所需的各种营养的重任，因此孕妇的各个器官系统都发生了一系列的生理性适应变化。

体内变化最大的器官主要是子宫。

因为胎儿在子宫内发育成长，子宫的肌细胞肥大、增殖、变长，子宫重量从原来未怀孕时的50g左右，增加到怀孕月时的1000g左右。

子宫的容量与未怀孕时相比增加1000倍以上。

全身器官的变化也是很大的。

心脏负担增大，血流速度加快，心率每分钟增加10~15次，心脏容量增加10%，这些变化，是为满足胎儿的生长发育和母体自身的营养需要。

在怀孕时还由于子宫内胎儿的长大，子宫增大使膈肌抬高，心脏发生移位，肺脏的负担也加重，肺通气量增加40%，鼻、咽、气管黏膜出现水肿、充血，怀孕时肾脏也增大，输尿管增粗，肌张力减低，肠胃、内分泌、骨、关节、皮肤、韧带等都发生了一系列的生理性适应变化，这些生理性的变化，在产后都要逐渐恢复正常，而且分娩是十分艰苦的劳动，产妇的体力、心理都要在产后坐月子的这段时间中通过休息和调养进行修复和恢复，传统的坐月子大多谈及生理上的休息和调养，现代的观点还强调产妇在坐月子期间，不但需要生理上的调适，也注重心理精神方面的调适，因为孩子的出世，初为人母，家中成员的增加，新角色的扮演与亲子关系建立的需求等，都要在坐月子的过程中进行调适。所以坐月子的科学性就显得十分重要，俗话说“月子里得病难治”。

这话也有一定的道理，产妇要在坐月子这段时间里，注意生理和心理两个方面的调整 and 适应。

孕妇为了适应胎儿的发育及为分娩进行准备，生殖器官及全身发生了很大变化，分娩后则通过一系列变化，使生殖器官及全身（除乳房外）又恢复到非孕状态，这种生理变化约需42天才能完成。

自胎盘娩出后，产妇便进入了产褥期。

在这段时间里，产妇的乳房要泌乳，子宫要复原，身体的各个系统要逐渐恢复正常，如通过排汗、排尿的增加来减少多余的血容量；胃酸增加，胃肠道张力及蠕动恢复，使消化能力恢复正常；不哺乳或部分哺乳的产妇可有月经回潮。

总之，产褥期是全身多系统包括体形、腹壁等逐渐复原的时期。

传统的“坐月子”只是产褥期的前30天。

产妇能否康复如初，产褥期是关键阶段。

在这段时期里，一定要注意做好产褥期保健，以保证身体健康和体形的恢复，这也会使你的宝宝更健康，家庭更美满。

为什么产后要坐月子？

目的是什么？

可以改变体质吗？

产妇由于分娩时出血多，加上出汗、腰酸、腹痛，非常耗损体力，气血、筋骨都很虚弱，这时候很容易受到风寒的侵袭，需要一段时间的调补，因此产后必须坐月子才能恢复健康。

坐月子的目的是在这段期间内作适度的运动与休养、恰当的食补与食疗，能使子宫恢复生产前的大小

<<产后病合理用药190问>>

，气血经过调理也都能恢复，甚至比以前更好，也就将不好的体质在这段时间慢慢改变过来。

2. 坐月子的基本原则为何？

(1) 慎寒温随着气候与居住环境的温、湿度变化，产妇穿着的服装与室内使用的电器设备，应做好适当的调整，室内温度约25.26℃，湿度约50%~60%，穿着长袖、长裤、袜子，避免着凉、感冒，或者使关节受到风、寒、湿的入侵。

(2) 适劳逸适度的劳动与休息，对于恶露的排出、筋骨及身材的恢复很有帮助。

产后初始，产妇觉得虚弱、头晕、乏力时，必须多卧床休息，起床的时间不要超过半小时，等体力逐渐恢复就可以将时间稍稍拉长些，时间还是以1~2小时为限，以避免长时间站立或坐姿，导致腰酸、背痛、腿酸、膝关节的疼痛。

(3) 勤清洁头发、身体要经常清洗，以保持清洁，避免遭受细菌感染而发炎。

(4) 调饮食前面三项每一个人都没有差别，饮食方面就有个人体质的差异性，应该有所不同；再者，产后排恶露、哺乳也许有不顺的情形，或者有感冒、头痛、皮肤痒、胃痛等等疾病发生，饮食与药物就必须改变。

古代由于环境简陋，生活条件差，又没有电器设备，因此规定较严，而有一个月不能洗头、洗澡的限制，现代人不必如此辛苦，但是坐月子的饮食还是以温补为主，最好请医师根据个人体质作调配比较妥善。

坐月子的料理一定要加酒吗？

坐月子的料理应该加姜片同煮，因为生姜有温暖子宫、活络关节的作用；酒的作用是活血，有助于排恶露，若恶露已经干净，食物仍然用酒烹调，可能导致子宫不收缩、淋漓不尽。

人参大补元气，为什么坐月子期间禁止服用？

人参补气止血，刚生产完的住院期间，正在开始排恶露，若服人参（高丽红参）会使得血晕变少，恶露就难以排出，导致血块淤滞子宫，引起腹痛，严重的还会有胎盘剥落不完全，引起大出血的案例。

因此，必须等到产后第二三星期左右，血块没有了，才能服用人参茶。

季节对产妇进补的影响 春夏秋冬四季由于温度差异大，因此产妇的饮食必须有所调整，否则会有副作用发生。

一般传统的坐月子饮食，性质温热，适用于冬季，春秋时节生姜和酒都可稍稍减少，若是夏天盛热之际，可不用酒烹调食物，但是姜片仍不可完全不用，每次约用2~3片。

不同体质的产妇其坐月子原则为何？

依女性体质属性及其适用食物分析如下。

寒性体质 特性：面色苍白，怕冷或四肢冰冷，口淡不渴，大便稀软，频尿量多色淡，痰涎清，涕清稀，舌苔白，易感冒。

适用食物：这种体质的产妇肠胃虚寒、手脚冰冷、气血循环不良，应吃较为温补的食物，如麻油鸡、烧酒鸡、四物汤、四物鸡或十全大补汤等，原则上不能太油，以免腹泻。

食用温补的食物或药补可促进血液循环，达到气血双补的目的，而且筋骨较不易扭伤，腰背也较不会酸痛。

忌食：寒凉蔬果，如西瓜、木瓜、葡萄柚、柚子、梨子、杨桃、橘子、番茄、香瓜、哈密瓜等。

宜食：荔枝、龙眼、苹果、草莓、樱桃、葡萄。

热性体质 特性：面红目赤，怕热，四肢或手足心热，口干或口苦，大便干硬或便秘，痰涕黄稠，尿量少色黄赤味臭，舌苔黄或干，舌质红赤，易口破，皮肤易长痘疮或痔疮等症。

适用食物：不宜多吃麻油鸡；煮麻油鸡时，姜及麻油用量要减少，酒也少用。

宜用食物来滋补，例如山药鸡、黑糯米、鱼汤、排骨汤等，蔬菜类可选丝瓜、冬瓜、莲藕等较为降火，或吃青菜豆腐汤，以降低火气。

腰酸的人用炒杜仲五钱煮猪腰汤即可，才不会上火。

不宜多吃：荔枝、龙眼、苹果。

少量吃些：柳橙、草莓、樱桃、葡萄。

中性体质 特性：不热不寒，不特别口干，无特殊常发作之疾病。

<<产后病合理用药190问>>

适用食物：饮食上较容易选择，可以食补与药补交叉食用，没有什么特别问题。如果补了之后口干、口苦或长痘子，就停一下药补，吃些上述较降火的蔬菜，也可喝一小杯不冰的纯柳丁汁或纯葡萄汁。

产后常见并发症有哪些？

产后贫血、乳汁少、乳腺炎、子宫炎、筋骨疼痛、腰酸、头痛、腹泻、便秘等。贫血产妇可多吃高铁质食物，包括肉类、黑糯米粥红豆汤等。便秘则可吃香蕉、芝麻糊（煮开加蜂蜜调味），可促进排便。若因乳腺炎、子宫炎而有发热现象，或有极度不适症状时，必须立即就医治疗。

产后筋骨酸痛的原因为何？

由于产后婴儿边吸奶边睡，喂奶时间长，妈妈维持坐姿太久，且许多婴儿有日夜颠倒的状况，晚上哭闹不休，严重的，要父母亲一整夜抱着走来走去，因此一个月下来腰背部、手肘及手腕疼痛不堪。

要避免这些筋骨酸痛的现象产生，妈妈抱孩子要注意姿势，腰背要有依靠的地方；多休息，少走动，下床时间勿超过1小时。

可炖煮杜仲猪腰汤，恶露干净后可吃十全大补汤（内含杜仲、续断），对解除筋骨酸痛都有不错的效果。

一般人都以为分娩时会“肚子疼”，可是当宝宝降生以后有些产妇为什么还会觉得“肚子疼”呢？

在产褥早期因宫缩引起下腹部阵发性剧烈疼痛，称为产后宫缩痛。

产后宫缩痛一般在产后1~2日出现，持续2~3日后自然消失，多见于经产妇。

哺乳时反射性催产素分泌增多会使疼痛加重。

产后宫缩痛的主要原因是子宫收缩。

产后子宫要通过收缩，逐渐恢复到正常大小。

多胎产妇及经产妇的痛感更强烈，主要是因为子宫只有加强收缩才能恢复正常大小。

<<产后病合理用药190问>>

编辑推荐

《产后病合理用药190问》合理用药，至关重要，答疑解惑，指点迷津，明明白白用药，轻轻松松治疗。

<<产后病合理用药190问>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>