

<<产后病>>

图书基本信息

书名：<<产后病>>

13位ISBN编号：9787506741408

10位ISBN编号：7506741407

出版时间：2009-4

出版时间：中国医药科技出版社

作者：程蔚蔚，陈焱 主编

页数：220

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>>

内容概要

产后病，是指胎儿娩出后至产褥期间所发生的与分娩有关的疾病，俗称“月子病”。常见的产后病有子宫复旧不良、产后出血、产后发热、产褥感染、产后盗汗、产后头痛、身痛、产后关节痛、产后尿频、产后尿潴留、产后尿失禁、乳汁淤积、急性乳腺炎、少乳、产后抑郁等。这些疾病不仅严重影响产妇的情绪与健康，而且使产妇不能正常哺乳。

对产后疾病做到早预防、早发现、早治疗，对于确保你和宝宝的健康都有十分重要的意义。

本书重点介绍产后病的一般知识、发病情况、病因、症状、诊断与鉴别治疗和预防保健。本书供临床医生、患者及家属阅读使用。

<<产后病>>

作者简介

程蔚蔚，医学博士，教授、主任医师。

现任中国福利会国际和平妇幼保健院院长，妇产科教研室主任、围产科主任。

现任中华医学会上海市妇产科学分会常委，中华医学会上海围产学会分会常委，上海市优生优育学会理事，上海市医疗事故鉴定专家组成员，《上海医学》杂志编委。

<<产后病>>

书籍目录

- 常识篇 什么是产褥期？
什么是坐月子？
坐月子有必要吗？
什么是子宫复旧？
什么是子宫复旧不全？
什么是恶露？
什么是产后恶露不绝？
什么是产后出血与晚期产后出血？
什么是希恩综合征？
什么是初乳？
初乳与成熟乳有什么区别？
什么是前奶及后奶？
何为急性乳腺炎？
产后为什么会发生子宫脱垂？
子宫脱垂有什么不良后果？
什么是产后宫缩痛？
什么是产褥感染？
产褥热是怎么回事？
产妇在“月子”里发热应该怎么应对？
产后为何会不间断腰痛？
产后阴道壁会松弛吗？
产后为什么易发生便秘？
产妇分娩后为什么要尽快小便？
产后为什么易发生尿潴留？
为何产后容易发生残余尿？
产后为何会发生尿失禁？
哪些产妇容易尿失禁？
产后晕厥是怎么回事？
产后为何出汗多？
什么是产后褥汗？
产后为何口渴？
产后2小时观察哪些？
产妇产褥期心理变化有哪些？
产后什么因素会增加产妇患抑郁的危险？
什么是产后抑郁症？
产后性心理会发生改变吗？
产妇为什么容易出现痔疮？
产褥期为什么容易中暑？
腹部为什么如此松弛？
什么叫会阴裂伤？
产后为什么会发生心力衰竭？
产后也会脑卒中？
产后会牙齿松动、咀嚼无力吗？
产后性生活何时能恢复？
产后同房需要采取避孕措施吗？

<<产后病>>

产后何时卵巢恢复排卵？

产后何时月经复潮？

母乳喂养很重要吗？

产后乳房有什么变化？

何为积乳？

何为乳头皲裂？

乳头皲裂有哪些原因？

何为少乳？

何为泌乳热？

“坐月子”需要捂吗？

坐月子要完全卧床吗？

产后检查可有可无吗？

产后检查查些什么？

月子里能不能洗澡？

月子里能看书看报吗？

月子里能看电视，能上网吗？

产后脑子会不好使吗？

产后饮食应如何安排？

产后为什么易出现手脚疼痛？

产后脱发是怎么回事？

病因篇 子宫复旧不全的原因有哪些？

产妇产后风的原因是什么？

为什么会发生产后耻骨联合分离？

会阴伤口感染的原因有哪些？

产后出血病因？

晚期产后出血的病因是什么？

产褥感染有哪些种类？

产褥感染有哪些诱因？

产褥感染常见的病原体种类有哪些？

产后静脉曲张产生的原因有哪些？

产后生理变化的原因有哪些？

产后怎么会抑郁？

乳汁不足的原因是什么？

乳汁淤积的原因是什么？

急性乳腺炎的原因是什么？

产后为什么会脱发？

产后晕厥是怎样产生的？

症状篇 产后生理变化有哪些表现？

子宫复旧不全有哪些表现？

产褥感染临床表现有哪些？

产后出血的临床表现有哪些？

晚期产后出血的临床表现有哪些？

急性乳腺炎的临床表现有哪些？

产后抑郁临床表现有哪些？

诊断与鉴别诊断篇 怎样诊断晚期产后出血？

产后出血晚期产后出血应与哪些疾病鉴别？

怎样诊断急性乳腺炎？

<<产后病>>

- 急性乳腺炎该与哪些疾病鉴别？
- 如何辨别产后乳腺堵塞和乳腺炎？
- 产褥感染诊断要点是什么？
- 产褥感染该与哪些疾病鉴别？
- 怎样诊断产后抑郁症？
- 产后抑郁症该与哪些疾病鉴别？
- 怎样诊断产褥期中暑？
- 产褥期中暑该与哪些疾病鉴别？
- 治疗篇 怎样正确对待月子病？
- 子宫复旧不全怎样治疗？
- 怎样治疗产褥中暑？
- 防治产褥中暑有哪些注意点？
- 产后阴道壁松弛如何治疗？
- 怎样治疗产后出血？
- 产后出血如何预防？
- 怎样治疗晚期产后出血？
- 会阴裂伤应该如何治疗？
- 会阴裂伤缝合术的要点有哪些？
- 会阴裂伤缝合术的术后处理有哪些？
- 如何预防会阴伤口感染？
- 怎样治疗急性乳腺炎？
- 回乳治疗（停止泌乳）指征有哪些？
- 回乳方法有哪些？
- 产褥感染的治疗方法有哪些？
- 产后抑郁症的治疗方法有哪些？
- 产后抑郁症患者怎样选择药物？
- 如何预防子宫脱垂？
- 子宫脱垂怎么办？
- 怎样防治产后外阴炎症？
- 怎样防治产后盆底松弛？
- 怎样防治产后盆腔静脉曲张？
- 怎样让剖宫产疤痕慢慢地消失？
- 产后骨盆疼痛怎样应对？
- 发生尿潴留怎么办？
- 怎样解决排尿问题的尴尬？
- 产后尿失禁怎样治疗？
- 产褥期发生痔疮怎么办？
- 怎样防治产后脱肛？
- 产后手腕痛怎么办？
- 产后腹壁松弛怎么办？
- 产后骨盆疼痛的应对方法有哪些？
- 产后身痛要注意些什么？
- 怎样应对产后消化不良？
- 预防保健篇 如何预防产后晕厥？
- 产后为什么会发生“耻骨联合分离”？
- 产后发生便秘有哪些预防措施？
- 产后发生便秘有哪些治疗措施？

<<产后病>>

产后痔疮的食疗方法有哪些？
怎样避免尿失禁？
尿失禁产妇怎样锻炼？
怎样避免产后手脚疼痛？
产后腰痛预防有啥妙招？
为什么说产妇清洁从头开始？
产后多汗怎样防治？
产后脱发怎样防治？
产后房事何时恢复？
产妇产后性生活过早会有什么危害？
产后避孕措施有哪些？
产后避孕有哪些误区？
哺乳期妇女怎样避孕？
产后性生活要注意些什么？
怎样改善产后乳房下垂？
开奶的时机与方法？
乳汁盈溢自出怎么办？
乳汁分泌不够怎么办呢？
有乳腺纤维瘤的产妇可以喂奶吗？
乳头皲裂怎么办？
哪些产妇不适合哺乳？
哺乳期妇女用药有哪些注意事项？
哺乳期妇女应慎用或禁用的药物有哪些？
母乳喂养很重要吗？
母乳喂养会破坏体形吗？
产妇产后如何才能恢复原来体重？
产后为什么要运动？
产后运动应遵守哪些原则？
产后哪几种健身运动适合你 产后哪几种健身运动不适合你？
哪些运动适合剖宫产的妈妈？
产后运动有什么好处？
产后运动对母乳喂养有影响吗？
耻骨松弛激素对产后运动有什么影响？
产后腹直肌分离的产妇怎样锻炼？
产后立即可以开始的锻炼有哪些？
月子里怎样洗澡？
产后药水洗澡方有哪些？
产后睡眠有什么讲究？
产后失眠怎么办？
夏日坐月子怎样防止中暑？
月子里可以使用空调吗？
怎样注意“坐月子”日常卫生？
为什么说“坐月子”不宜卧床不起？
会阴伤口疼痛怎么办？
如何预防产后外阴发炎？
怎样处理产后宫缩痛？
月子中如何做好外阴清洁？

<<产后病>>

产后饮食应如何安排？
产后饮食原则有哪些？
产后饮食宜忌有哪些？
为什么产后要多吃蔬菜？
怎样烹调蔬菜利于吸收？
产后为什么要多喝汤，怎么喝？
产后应多喝老母鸡汤吗？
产后该吃红糖还是白糖？
产后应及早大补元气吗？
产后需要食用人参进补吗？
产后如何安排饮食和滋补的食物？
产妇能吃水果吗？
如何预防产后消化不良？
产后吃水果要诀有哪些？
产妇应吃哪些水果呢？
产妇需要补钙吗？
产妇应该如何补钙呢？
如何避免产后肥胖？
为什么说产后减肥不容易？
如何正确实施产后“瘦身”计划？
产后减肥有哪些误区？
产后防止发胖的招数有哪些？
产后预防感冒有什么高招？
应该如何避免产妇产后发生抑郁症？
如何控制产后消极情绪？
怎样以平常心对待妊娠纹？
对于减少妊娠纹有哪些建议？
消除产后妊娠纹有何妙招？
产后怎样改善可怕的橘皮组织？
怎样淡化剖宫产疤痕？
产后检查意义有哪些？
产妇能刷牙吗？
心脏病孕妇产后注意什么？
高血压孕妇产后注意什么？
妊娠期糖尿病孕妇产后应注意什么？
产后伤口的恢复过程是怎样的？
剖宫产术后心理恢复过程是怎样的？
剖宫产术后如何护理？
剖宫产术后怎样锻炼？
剖宫产后还能再生育吗？
高龄产妇产后要注意些什么？

<<产后病>>

章节摘录

常识篇 什么是产褥期？

孕妇为了适应胎儿的发育及为分娩做准备，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，这段时间称为产褥期。

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。

（陈焱） 什么是坐月子？

坐月子其实就是产褥期的俗称。

怀孕时子宫不断增大使膈肌抬高，心脏发生移位，肺脏的负担加重，肺通气量增加，鼻、咽、气管黏膜出现水肿、充血，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。

而且分娩时产妇的体力大量消耗，需要在产后坐月子的这段时间通过休息和调养进行修复和恢复，分娩后产妇角色的转换，也使产妇在坐月子期间，不但需要生理上的调适，也要注重心理精神方面的调适，科学调养以保持健康。

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，使子宫恢复到生产前的大小，气血经过调理也都能恢复，甚至比以前更好，就是将不好的体质在这段时间慢慢改变过来。

坐月子的过程，实际上是妈妈整个的生殖系统恢复的一个过程。

（陈焱，谢毅） 坐月子有必要吗？

坐月子是指在生了宝宝之后在家里安心静养的那段时间，通常为一个月的时间。

坐月子在古代被称为“坐月内”，意思是产妇完成分娩后最好在家待上一个月不要乱动的意思。

坐月子的确是中国母亲的传统，自西汉起，距今已有两个多年的历史，经过两千多年始终不变。

自有其道理。

怀胎十月，孕妇需要大量的血液与养分来孕育胎儿，分娩时出血多，加上出汗、腰酸、腹痛，非常耗损体力，整个人感到相当虚弱。

此时，病毒的侵犯、气温的变化、营养不良、劳动过度等等，很容易使产妇生病，例如伤寒感冒、腰酸背痛、贫血都会趁机上身。

所以，生育使女性身体结构发生巨变，且消耗很多体力。

坐月子就是为了好好休息，透过坐月子期间的完善照料，让新妈妈们休养生息、恢复元气，对每位新妈妈而言，坐月子再重要也不过了。

传统的观点认为：月子坐得好，可以确保身心尽快恢复到孕前状态之外，甚至还可以变得比以前更健康；月子坐不好，下半辈子的健康就没了。

而时尚的或西方的观点认为：生孩子是正常的生理过程，并不是生病，因此无须有如大病初愈一般兴师动众。

其实，全世界的妇女在经历了孕期和分娩的过程之后，体内各系统的变化都是一样的，只是中国人和西方人的饮食结构、身体素质不同，因此，坐月子对于中国妈妈来说，还是十分有必要的。

现代女性可以将坐月子视为一个健康转折点，只要懂得把握坐月子改变体质的好机会，采用正确的坐月子方法，就有机会让新妈妈们“越生越健康，越生越美丽”。

（陈焱） 什么是子宫复旧？

子宫在怀孕、分娩期间变化非常大。

它可以从怀孕前的50g一直增长到妊娠足月时的1000g。

分娩后子宫体积逐渐缩小，一般在产后5~6周可恢复到非孕状态，这个过程叫子宫复旧。

子宫复旧包括三方面，即子宫体的复原、子宫颈的复原和子宫内膜的复原。

<<产后病>>

子宫体的复原是在胎盘排出之后，子宫会立即收缩，在腹部用手可以摸到一个很硬并呈球形的子宫体它的最高处和肚脐的水平同高。

以后子宫底的高度，会每天下降1-2cm，大约在产后10-14天内，子宫变小，降入小盆骨腔内。这时，在腹部就摸不到子宫底了。

子宫颈的复原在分娩刚刚结束时，因子宫颈充血、水肿，会变得非常柔软，子宫颈壁也很薄，皱起来如同一个袖口，7天之后才会恢复到原来的形状。

7-10天后子宫颈内口会关闭。

一直到产后4周左右，子宫颈才会恢复到正常大小。

子宫内膜的复原是指胎盘和胎膜与子宫壁分离，由母体排出以后，从子宫内膜的基底层，会再长出一层新的子宫内膜，产后10天左右，除了胎盘附着面外，其他部分的子宫腔会全部被新生的内膜所覆盖。

而胎盘附着部分的子宫壁要到产后6-8周才能完全愈合。

子宫复旧的快慢与产妇的年龄、分娩次数、全身健康状况、产程长短、分娩方式及是否哺乳有一定关系。

（陈焱） 妊娠子宫在分娩后不能顺利收缩的情况称为子宫复旧不全，一般情况下，在产后10天左右子宫就缩回到原来的状态，4-6周后子宫得到完全恢复。

但是如果分娩后感觉子宫很大，不停地排出混有血的恶露，并伴有腹痛时，就应怀疑是否患上了子宫复旧不全。

有胎盘或胎膜残留，子宫内膜炎、盆腔炎、子宫后什么是恶露？

产后随子宫蜕膜的脱落，血液、坏死蜕膜组织经阴道排出，称为恶露。

正常恶露分为血性恶露、浆液性恶露、白色恶露。

血性恶露为产后最初3天的恶露，红色，含大量血液、少量胎膜及坏死蜕膜；浆液性恶露出现在产后4—14日，为淡红色。

含少量血液、坏死蜕膜、宫颈黏液、细菌等；白色恶露出现在产后14天以后，为白色，含坏死退化蜕膜、表皮细胞、大量白细胞和细菌。

正常恶露有血腥味，无臭，一般持续4~6周，总量可达500ml。

（陈焱） 什么是产后恶露不绝？

如恶露持续3周以上不止者，称为“产后恶露不绝”，又称“产后恶露不止”。

相当于西医的晚期产后出血。

观察恶露变化不仅可以了解和估计子宫复旧的情况，还可以反映子宫腔内有无残留物、感染，产道伤口愈合什么是希恩综合征？

这是一百多年前由希恩（Sheehan）发现的一种综合征，当产后发生大出血，休克时间过长，就可造成脑垂体前叶功能减退的后遗症，表现为消瘦、乏力、脱发、畏寒、闭经、乳房萎缩等，严重者可致死。

临床上称之为希恩综合征。

脑下垂体前叶分泌很多促激素，如促性腺激素、促甲状腺素、促肾上腺皮质激素、泌乳素、生长激素等。

脑垂体前叶与下丘脑之间有门静脉联系，接受下丘脑分泌的神经多肽物质。

产后大出血容易引起这些门静脉发生血栓，最终导致脑下垂体前叶发生坏死，各种促激素水平大大降低，于是发生甲状腺、肾上腺皮质、卵巢等功能减退，乃至出现前面所讲的各种症状，这是一种严重的疾病，重要的是预防产后出血，一旦产后大出血，就应及时补充循环血容量，避免休克的发生。

（陈焱） 什么是初乳？

初乳是怀孕7个月开始孕妇乳房当中产生，婴儿出生后5天以内分泌的母乳，是深黄色的乳汁，量少。

与成熟乳比较含脂肪量少，但含蛋白质、脂溶性维生素、无机质高。

初乳蛋白质含量高的原因是各种免疫成分及抗体均以蛋白质的形式存在，从而在体内提供免疫力和抵抗力保护婴儿不得各种疾病。

<<产后病>>

(陈焱) 初乳与成熟乳有什么区别？

初乳与以后分泌出的成熟乳汁相比，脂肪和糖较少而蛋白质较多，适合新生儿的消化吸收。初乳含有许多的免疫物质，其中具有抗病能力的免疫球蛋白含量比成熟乳高20-40倍。若在新生儿出生3-4天甚至5天后才开奶，这些宝贵的免疫物质就将失去。初乳中还含有复合铁质蛋白，具有减弱细菌活动和消灭细菌的作用。含有的溶菌酶，具有阻止细菌、病毒侵入婴儿身体的功能。

(陈焱) 什么是前奶及后奶？

在每次喂奶当中，乳汁的成分也随之变化，一般将乳汁分为前奶和后奶。两者所含营养成分有所不同。

喂奶时，先吸出来的奶叫“前奶”。

前奶外观较稀薄，富含水分、蛋白质，婴儿吃了大量的前奶，就得到了所需要的水分和蛋白质，因而纯母乳喂养的宝宝，在出生后4个月内一般不需要额外补充水。

前奶以后的乳汁，外观色白并比较浓稠，称为“后奶”。

后奶富含脂肪、乳糖和其他营养素。

能提供许多热量，使婴儿有饱腹感。

因此，哺乳时不要匆忙，切不可将开始的前乳挤掉，也不可未喂完一侧又换另一侧，应该允许婴儿尽量吃，既吃到前奶又吃到后奶，这样才能为婴儿提供全面的营养。

(陈焱) 何为急性乳腺炎？

急性乳腺炎是乳腺的急性化脓性病症，一般为金黄色葡萄球菌感染所致。多见于初产妇的哺乳期。

细菌可自乳头破损或皲裂处侵入，亦可直接侵入乳管，进而扩散至乳腺实质。

一般来讲，急性乳腺炎病程较短，预后良好，但若治疗不当，也会使病程迁延，甚至可并发全身性化脓性感染。

急性乳腺炎中医称之为“乳痈”。

(陈焱)

<<产后病>>

编辑推荐

您是否有过“挂名医号难，多听名医指导更难”的抱怨？
该丛书帮您把名医请到家里来，你百问，他百答，时刻为您的生命健康保驾护航。
中国科普作家协会，上海市科普作家协会医卫专业委员会，上海图书馆讲座中心，上海医学会科普学会。

<<产后病>>

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>