

<<优生优育百事通>>

图书基本信息

书名：<<优生优育百事通>>

13位ISBN编号：9787535240736

10位ISBN编号：7535240739

出版时间：2008-10

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：孙学东，孙玉琴 主编

页数：174

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>

## &lt;&lt;优生优育百事通&gt;&gt;

## 内容概要

优生，通俗的说，就是生的孩子“质量优”，包括身体素质与智力都是优秀的。

也就是社会上所说的生一个健康、漂亮、聪明，没有生理缺陷的孩子。

究竟怎样才能生出优秀的孩子呢，这是一门很大的学问——优生学。

优生学也被称为民族健康学，是由医学遗传学、医学、心理学、人口学、社会科学等相互渗透、发展起来的边缘学科及综合性应用科学。

随着社会的进步与时代的发展，人类自身也应该不断地改进与提高，不能只满足于生一个白白胖胖没病的孩子，而应该主动追求生一个健康、聪明、漂亮，从思想道德、科学文化、身体状态三个方面都优秀的孩子。

要达到这样的目的，准备生育的夫妻，首先要将自身的条件调整到最佳状态，包括身体健康状况、心理精神状态、智力开发状态等方面都处于最好时期才能怀孕——保证男性的精子与女性的卵子都是最优质的，这就是“优孕”。

仅仅有此基础还不能保证胎儿一定是优质的。

在整个妊娠期间，孕妇一定要保持身体健康状况良好，不患影响胎儿生长发育的疾病，如风疹病，就可能影响早孕期胎儿心脏形成与发育——产生先天性心脏病等。

更不能随意服用药物，尤其是人工合成的激素类药物，这些药物容易导致胎儿的生殖器官发生先天性畸形等。

当然，还包括夫妻双方良好的生活习惯与饮食习惯等，例如，抽烟、喝酒等都会对胎儿发育产生不良影响。

为了使自己的胎儿有一个良好的生长发育环境，主动地创造条件生出健康、漂亮、聪明的宝宝，这就是“优生”。

## &lt;&lt;优生优育百事通&gt;&gt;

## 书籍目录

一、优生优育关系到家庭幸福与民族兴旺发达 1. 优生优育利国利民利家庭 2. 利用受孕的必备条件来达到优孕与优生二、女性生殖系统的解剖、功能与优生的关系 1. 卵巢的结构、功能与优生的关系 2. 输卵管的结构、功能与优生的关系 3. 子宫的结构、功能与优生的关系 4. 阴道的结构、功能与优生的关系 5. 女性的外生殖器简介 6. 女性生育必须具备的条件与优生关系密切三、男性生殖系统解剖、功能与优生的关系 1. 睾丸的结构、功能与优生的关系 2. 附睾的结构、功能与优生的关系 3. 输精管的结构、功能与优生的关系 4. 阴茎的结构、功能与生育的关系 5. 精囊的结构、功能与优生的关系 6. 前列腺的结构、功能与优生的关系四、在最佳生育条件下生育有利于优生优育 1. 女性在最佳生育年龄生育是优生的基础条件 2. 选择健康状况最佳时期怀孕有利优孕与优生 3. 如何选择最佳季节怀孕 4. 夫妻如何选择最佳时机受孕 5. 在最佳环境中怀孕有利于优生 6. 选择夫妻最佳的智力时期怀孕利于优生五、努力创造优生的条件——阻断遗传病 1. 切实做好婚前检查有利于优生 2. 遗传性疾病是优生的大敌 3. 先天性疾病是优生的“杀手” 4. 家族性疾病也会影响后代健康 5. 婚前健康检查有利于遗传病的控制 6. 婚检的优越性简介 7. 忽视婚检对优孕与优生的负面影响是严重的六、克服影响优生优育的因素 1. 新房装修与布置既要安全舒适更要利于优生与优育 2. 保持居室通风有利于优生 3. 合理的居室布置有利于优生 4. 保持居室合适的温度与湿度有利优生 5. 室内不宜种植对健康不利的花卉 6. 警惕家用电器辐射线对优生优育的不利影响 7. 噪声对健康及生育不良影响的作用不可低估 8. 家庭宠物对健康与生育的影响 9. 吸烟对优生优育有百害而无一利 .....五、努力创造优生的条件——阻断遗传病六、克服影响优生优育的因素七、为优生优育创造条件八、做好女性“四期”保健是优生的基础九、掌握儿童正常生长发育的规律促进优育十、及时纠正异常行为，培养良好习惯是优育的关键十一、做好儿童预防接种确保身体健康十二、防止儿童的意外伤害是优育的又一重要内容十三、计划生育与优生优育相辅相成并促进优生优育

## 章节摘录

二、女性生殖系统的解剖、功能与优生的关系 1. 卵巢的结构、功能与优生的关系  
卵巢是女性的内生殖器官，称为女性“生殖腺”，其主要功能是产生成熟卵子与分泌女性激素（雌激素与孕激素）。

**卵巢的结构** 卵巢是位于盆腔内，输卵管后下方的一对扁椭圆形的性腺——女性的生殖腺体。出生时双侧卵巢中就带有15万~30万个原始卵泡（始基卵子）。青春期前，卵巢表面光滑，青春期开始有卵子逐渐生长、发育、成熟，并且每月有成熟卵子排出卵巢。排出卵子后，表面逐渐凹凸不平。

成年女子的单个卵巢大小约4（厘米）×3（厘米）×1（厘米），重5~6克，呈灰白色。

卵巢可以分为内、外两侧，前、后网缘，上、下两端。

内侧面朝向盆腔，外侧面贴靠盆腔前壁。

上端与输卵管末端相邻，下端借韧带连接子宫。

后缘游离，前缘借系膜连接阔韧带，前缘中部是卵巢门，其中有血管与神经及淋巴管出入。

卵巢表面为生发上皮覆盖，其内为纤维组织构成的卵巢白膜，再往内是卵巢组织，分为皮质与髓质两部分。

皮质在外，其中有数以万计的始基卵泡（也称原始卵泡，卵子即由此发育而来）。

髓质为卵巢的中心部分，含有丰富的血管、神经和淋巴管，其内无卵泡。

绝经期后卵巢萎缩变小、变硬。

？

**卵巢的主要功能与优生有密切关系** 卵巢主要有两大功能，即排卵与产生女性激素（主要是雌激素与孕激素）。

（1）产生成熟卵子并排出卵子：在下丘脑及垂体激素的调节与控制下，原始卵泡才能生长、发育、成熟而排卵。

卵子排出后进入输卵管，若遇精子便可受精。

排卵是女性生殖功能的基本核心。

通常每月排卵1次，每次基本上排出1个成熟卵子，由两侧卵巢交替承担；当一侧卵巢生病或切除后，剩余的卵巢则每月排卵。

排卵多发生于两次月经中间，一般在下次月经来潮前14日左右。

（2）分泌女性激素：发育过程中的卵泡就有产生雌激素的功能，并且随着卵子的长大与成熟过程，它产生雌激素的量也逐渐增加，在接近排卵时（成熟卵子）雌激素量达到高峰，对促进排卵是必须的。

排卵后，卵泡壁形成黄体，其中的颗粒细胞与卵泡膜细胞能合成及分泌孕激素，也产生部分雌激素，它们是维持女性生理及协助受精卵在子宫内种植（着床）与发育的重要条件。

这些激素直接进入血液循环，分布至全身而发挥生理作用，尤其对子宫的作用显著——为妊娠创造条件。

在月经周期中，由于卵泡的发育及黄体的形成，卵巢大小有相应的变化，但其直径很少能长到5厘米以上。

<<优生优育百事通>>

编辑推荐

《优生优育百事通》由湖北科学技术出版社出版。

<<优生优育百事通>>

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>