



医药卫生类专业“互联网+”精品教材

妇产科护理 学习指导

FUCHANKE HULI
XUEXI ZHIDAO

主 编 申 宁

妇产科护理学习指导

主
编
申
宁

北京出版

北京出版集团公司
北京出版社

北京出版集团公司
北 京 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

妇产科护理学习指导 / 申宁主编. — 北京: 北京出版社, 2014. 5 (2021 重印)
ISBN 978-7-200-10512-4

I. ①妇… II. ①申… III. ①妇产科学—护理学—高等职业教育—教学参考资料 IV. ①R473.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 084475 号

妇产科护理学习指导

FUCHANKE HULI XUEXI ZHIDAO

主 编: 申 宁

出 版: 北京出版集团公司

北 京 出 版 社

地 址: 北京北三环中路 6 号

邮 编: 100120

网 址: www.bph.com.cn

总发行: 北京出版集团公司

经 销: 新华书店

印 刷: 定州市新华印刷有限公司

版 次: 2014 年 5 月第 1 版 2021 年 10 月修订 2022 年 5 月第 6 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 12

字 数: 269 千字

书 号: ISBN 978-7-200-10512-4

定 价: 28.00 元

质量监督电话: 010-82685218 010-58572162 010-58572393

目 录

第一章	女性生殖系统基础知识	1
第一节	女性生殖系统解剖	1
第二节	女性生殖系统生理	4
第二章	正常妊娠期妇女的护理	10
第一节	妊娠发生	10
第二节	妊娠诊断	14
第三节	妊娠期保健	15
第三章	正常分娩期妇女的护理	26
第一节	分娩基础知识	26
第二节	正常分娩期妇女的护理	28
第四章	正常产褥期母婴的护理	38
第一节	产褥期基础知识	38
第二节	产褥期妇女的护理	40
第三节	母乳喂养指导	41
第四节	新生儿的保健与护理	43
第五章	异常妊娠期妇女的护理	52
第一节	妊娠早期出血性疾病	52
第二节	妊娠期高血压疾病患者的护理	54
第三节	妊娠晚期出血性疾病	55
第四节	羊水异常患者的护理	56
第五节	多胎妊娠患者的护理	57
第六节	妊娠合并症患者的护理	57
第六章	异常分娩期及分娩并发症妇女的护理	71
第一节	异常分娩期妇女的护理	71
第二节	分娩并发症妇女的护理	74
第七章	异常产褥期患者的护理	86
第一节	产褥感染妇女的护理	86
第二节	晚期产后出血患者的护理	88
第三节	高危儿的护理	89

第八章	妇科患者护理计划及常用操作技术	97
第一节	妇科患者护理计划的制订	97
第二节	妇科常用诊疗技术	98
第三节	妇科常用护理技术	99
第九章	妇科炎症患者的护理	107
第一节	概述	107
第二节	外阴部炎症患者的护理	108
第三节	阴道炎患者的护理	108
第四节	子宫颈炎患者的护理	110
第五节	盆腔炎患者的护理	111
第十章	女性生殖内分泌疾病患者的护理	119
第一节	功能失调性子宫出血患者的护理	119
第二节	闭经患者的护理	121
第三节	痛经患者的护理	121
第四节	围绝经期综合征患者的护理	122
第十一章	妇科肿瘤患者的护理	129
第一节	腹部手术患者的一般护理	129
第二节	子宫颈癌患者的护理	131
第三节	子宫肌瘤患者的护理	131
第四节	子宫内膜癌患者的护理	132
第五节	卵巢肿瘤患者的护理	132
第十二章	妇科其他疾病患者的护理	140
第一节	妊娠滋养细胞疾病患者的护理	140
第二节	子宫内膜异位症患者的护理	142
第三节	不孕症患者的护理	142
第四节	子宫脱垂患者的护理	143
第十三章	计划生育妇女的护理	152
第一节	概述	152
第二节	避孕的方法及护理	152
第三节	女性绝育方法及护理	155
第四节	终止妊娠的方法及护理	156
参考答案		164
参考文献		186



第二章 正常妊娠期妇女的护理

第一部分 本章知识概述

学习目标

1. 掌握胎盘的功能，妊娠期母体的生理变化、心理和社会方面的调适。
2. 熟悉孕期检查，孕期妇女评估、护理及健康指导的相关内容。
3. 了解受精卵的生长、发育、着床和胎盘的形成。

主要知识点

第一节 妊娠发生

一、受精及受精卵发育、输送与着床

1. 受精 精子和卵子的结合过程称为受精。受精发生在排卵后 12 小时内，整个受精过程约需 24 小时。

2. 受精卵的发育与着床

受精后 24 小时受精卵开始进行分裂，同时，借助输卵管蠕动和纤毛推动，向宫腔方向移动。受精后第 6~7 日晚期囊胚侵入到子宫内膜的过程，称为受精卵着床，也称为植入，在受精后 11~12 日结束。

3. 蜕膜的形成 在受精卵着床后，子宫内膜迅速发生蜕膜变。

二、胚胎、胎儿的发育特征及胎儿的生理特点

1. 胚胎、胎儿的发育特征

自妊娠 9 周起称为胎儿。胚胎、胎儿的发育特征如下：

4 周末：胚胎呈弓形，可以辨认胚盘与体蒂。

8 周末：胚胎初具人形。超声显像可见早期心脏形成并有搏动。

12 周末：外生殖器已发育，部分可辨出性别。

16 周末：从外生殖器可确定胎儿性别。部分经产妇已能自觉胎动。

20 周末：临床可听到胎心音。出生后已有心跳、呼吸、排尿及吞咽运动。

24 周末：各脏器均已发育，皮下脂肪开始沉积，因量不多，皮肤呈皱缩状，出现眉毛及眼毛。

28 周末：可有呼吸样运动，但肺泡Ⅱ型细胞产生的表面活性物质较少，此期出生者易患特发性呼吸窘迫综合征。若加强护理，可以存活。

32 周末：出生后注意护理，可以存活。

36 周末：出生后能啼哭及吸吮，生活能力良好。

40 周末：外观体形丰满。男性睾丸已降至阴囊内，女性大小阴唇发育良好。出生后哭声响亮，吸吮能力强，能很好存活。

临床常用新生儿身长作为判断胎儿月份的依据。妊娠前 5 个月（即前 5 个妊娠月）的胎儿身长（cm）= 妊娠月数的平方，如妊娠 4 个月时胎儿身长 = 16cm。妊娠后 20 周（即后 5 个妊娠月后）的胎儿身长（cm）= 妊娠月数 × 5，如妊娠 7 个月是 7 × 5 = 35cm。

2. 足月胎头结构

（1）结构：足月胎头颜面部小，颅顶部大，颅顶部是由 7 块扁骨共同组成的，即顶骨 2 块、额骨 2 块、颞骨 2 块及枕骨 1 块。颅骨间的缝隙称为颅缝，缝与缝之间的空隙称为囟门。

（2）颅缝：胎头重要的颅缝有：矢状缝、冠状缝、人字缝。

（3）囟门：大囟门由矢状缝、额缝、冠状缝会合而成，呈菱形。小囟门是由矢状缝、人字缝会合而成，呈三角形。

（4）径线：①枕下前囟径：是从前囟门中央至枕骨隆突下方的距离，平均为 9.5cm。②枕额径：是从鼻根至枕骨隆突的距离，平均为 11.3cm。③枕颞径：是从下颞骨下方至后囟门顶部的距离，平均为 13.3cm。④双顶径：是两顶骨隆突间的距离，平均为 9.3cm，是胎头最大横径，可通过 B 超测量此径来估计胎儿大小。⑤枕下前囟周径：是枕下前囟经平面的头围，平均为 32.6cm。⑥枕额周径：是枕额经平面的头围，平均为 34.8cm。

三、胎儿附属物的形成及其功能

胎儿附属物是指胎儿以外的组织，包括胎盘、胎膜、脐带和羊水。

1. 胎盘

胎盘由羊膜、叶状绒毛膜和底蜕膜构成,是母体与胎儿间进行物质交换的重要器官。胎盘分胎儿面和母体面。胎盘功能极复杂,具有物质交换、代谢、分泌激素、防御以及合成功能,是维持子宫内营养发育的重要器官。

2. 胎膜 胎膜由绒毛膜和羊膜组成。

3. 脐带 脐带是连接胎儿与胎盘的带状器官。脐带内有一条管腔较大、管壁较薄的脐静脉和两条管腔较小、管壁较厚的脐动脉。

4. 羊水 充满在羊膜腔内的液体称为羊水。

羊水量随着妊娠进展而发生变化,妊娠 38 周约 1000ml,此后逐渐减少,妊娠足月羊水量约 800ml。羊水的功能:①保护胎儿;②保护母体。

四、妊娠期母体变化

(一) 生理变化

1. 生殖系统的变化

(1) 子宫:①宫体:妊娠后逐渐增大变软。妊娠 12 周时,子宫增大均匀并超出盆腔。妊娠晚期,子宫位多呈不同程度右旋。②子宫峡部:位于宫体与宫颈之间最狭窄部位。非孕时长 1cm,妊娠后变软。随着妊娠进展,子宫峡部逐渐伸展拉长变薄,孕 12 周起扩展成宫腔的一部分,形成子宫下段,临产时可伸展至 7~10cm。③宫颈:妊娠早期宫颈黏膜充血及组织水肿,致使肥大、紫蓝色及变软。

(2) 卵巢:妊娠期略增大,排卵和新卵泡发育均停止。

(3) 输卵管:妊娠期输卵管伸长,有时黏膜呈蜕膜样改变。

(4) 阴道:妊娠期黏膜着色、增厚,皱襞增多,结缔组织变松软,伸展性增加。阴道分泌物增多呈白色糊状,阴道上皮细胞含糖原增加,乳酸含量增多,使阴道 pH 值降低,不利于致病菌生长,有利于防止感染。

(5) 外阴:妊娠期外阴部充血,皮肤增厚,大小阴唇色素沉着,大阴唇内血管增多及结缔组织松软,故伸展性增加。小阴唇皮脂腺分泌增多。

2. 乳房的变化

乳房于妊娠早期开始增大,充血明显,孕妇自觉乳房发胀或偶有触痛及麻刺感。乳头增大变黑,易勃起。乳晕颜色加深,其皮脂腺肥大形成散在的结节状隆起,称为蒙氏结节。妊娠期间虽有大量激素参与乳腺发育,做好泌乳准备,但妊娠期间并无乳汁分泌。

3. 循环系统的变化

(1) 心脏:妊娠期因膈肌升高,心脏向左上方移位,更贴近胸壁。心脏容量至妊娠末期约增加 10%,心率每分钟增加 10~15 次。

(2) 心搏出量和血容量:循环血容量于妊娠 6~8 周开始增加,至妊娠 32~34 周达高峰,增加 30%~45%,平均增加 1500ml,维持此水平直至分娩。血浆增加多于红细胞增加,血浆约增加 1000ml,细胞约增加 500ml,使血液稀释,在妊娠晚期易出现生理性贫血。

(3) 静脉压: 妊娠期盆腔回流至下腔, 静脉血量增加, 右旋增大子宫压迫下腔静脉使血液回流受阻。孕妇长时间处于仰卧位姿势, 能引起回心血量减少, 心排出量随之减少, 称为仰卧位低血压综合征。

4. 血液的改变

(1) 红细胞: 由于血液稀释, 红细胞计数减少, 可出现生理性贫血。

(2) 白细胞: 从妊娠 7~8 周开始轻度增加, 至妊娠 30 周达高峰, 为 $(5\sim12)\times10^9/L$, 有时可达 $15\times10^9/L$, 主要为中性粒细胞增多。而单核细胞和嗜酸性粒细胞无改变。

(3) 凝血因子: 妊娠期血液处于高凝状态。

(4) 血浆蛋白: 由于血液稀释, 妊娠早期开始降低, 主要是白蛋白减少, 约为 $35g/L$, 以后持续此水平直至分娩。

5. 泌尿系统的变化

孕妇仰卧位时, 尿量增加, 故夜尿量多于日尿量。由于 GFR 增加, 肾小管对葡萄糖的再吸收能力不能相应增加, 约 15% 孕妇饭后出现糖尿。受孕激素影响, 肾盂及输尿管轻度扩张, 输尿管有尿液逆流现象, 孕妇易患肾盂肾炎, 以右侧多见。

6. 呼吸系统的变化

以胸式呼吸为主。呼吸次数于妊娠期变化不大, 每分钟不超过 20 次, 但呼吸较深。

7. 消化系统的变化

妊娠早期 (停经 6 周左右), 约 50% 的妇女出现不同程度的早孕反应。受大量雌激素影响妊娠期牙龈肥厚, 牙龈容易充血、水肿, 易致牙龈出血、牙齿松动及龋齿。妊娠期胃肠平滑肌张力降低, 贲门括约肌松弛, 胃内酸性内容物逆流至食管下部产生胃烧灼感。胃排空时间延长, 易出现上腹部饱满感, 肠蠕动减弱, 易出现便秘。

8. 皮肤的变化

孕妇腺垂体分泌促黑素细胞激素增加, 使黑色素增多, 导致孕妇乳头、乳晕、腹白线、外阴等处出现色素沉着并累及眶周、前额、上唇和鼻部, 面颊较明显, 呈蝶状褐色斑, 俗称妊娠黄褐斑, 于产后自行消退。随妊娠子宫的逐渐增大, 孕妇腹壁弹力纤维过度伸长断裂, 使皮肤处出现紫色或淡红色不规则、平行略凹陷的条纹, 称为妊娠纹, 多见于初产妇, 产后变为银白色, 持久不变。

9. 内分泌系统的变化

妊娠期间卵巢内的卵泡不再发育成熟, 也无排卵。垂体催乳素逐渐增量, 分娩前达高峰, 促进乳腺发育的作用, 为产后泌乳做准备。

10. 新陈代谢的变化

(1) 基础代谢率 (BMR): 于妊娠早期稍下降, 于妊娠中期渐增高, 至妊娠晚期可增高 15%~20%。

(2) 体重: 妊娠 12 周前体重无明显变化。以后体重平均每周增加 350g, 直至妊娠足月时体重平均增加 12.5kg, 包括胎儿、胎盘、羊水、子宫、乳房、血液、组织间液及脂肪沉积等。

（二）心理社会变化

妊娠期，孕妇及家庭成员的心理会随着妊娠的进展而有不同的变化。

第二节 妊娠诊断

临床上人为地将妊娠全过程划分为3个时期：妊娠12周末以前称为早期妊娠，妊娠13~27周末之间称为中期妊娠，第28周及以后称为晚期妊娠。

一、早期妊娠的诊断

1. 症状、体征

（1）停经史：停经是妊娠最早、最重要的症状。

（2）早孕反应：约50%妇女在停经6周左右出现畏寒、头晕、乏力、嗜睡、流涎、食欲不振、喜食酸辣或厌油食、恶心、晨起呕吐等一系列症状，称为早孕反应。一般不影响工作、生活及健康，多于12周左右自然消失。

（3）尿频：于妊娠早期出现，由增大的前倾子宫在盆腔内压迫膀胱所致，妊娠12周后，子宫增大超出盆腔后，尿频症状自然消失。

（4）乳房的变化：自妊娠8周起，在孕激素、雌激素的影响下，乳房逐渐增大，孕妇自觉乳房轻度胀痛及乳头刺痛。乳头及乳晕颜色加深，乳晕周围出现深褐色结节——蒙氏结节。

（5）生殖器官变化：妊娠6~8周时检查，可见阴道黏膜和宫颈充血呈紫蓝色。双合诊检查子宫峡部极软，感觉宫颈与宫体似不相连，称为黑加征，是早期妊娠特有的变化。

2. 辅助检查

（1）超声检查：①B型超声检查：是诊断早期妊娠快速、准确的方法。②超声多普勒法：最早在妊娠7周时，在增大的子宫区内，用超声多普勒仪能听到有节律、单一、高调的胎心音，胎心音多在120~160次/分，则确诊为早期妊娠、活胎。

（2）妊娠试验：妊娠后7~9天时可用放射免疫法测定孕妇血 β -HCG诊断早孕。

（3）宫颈黏液检查：宫颈黏液量少黏稠，涂片干燥后光镜下见到排列成行的椭圆体而未见羊齿植物叶状结晶，则妊娠的可能性很大。

（4）基础体温测定：双相型基础体温的已婚妇女，如出现高温相持续18日不见下降，早孕的可能性很大。

二、中、晚期妊娠的诊断

1. 病史与症状

有早期妊娠的经过，并感到腹部逐渐增大。孕妇自觉胎动，触及胎体，听诊有胎心音，容易确诊。

2. 体征与检查

(1) 子宫增大: 正常情况下, 宫底高度在孕满 36 周时最高, 至孕足月时略有下降。

(2) 胎动: 胎动即胎儿在宫腔内冲击子宫壁的活动, 孕妇多于妊娠 18~20 周开始自觉胎动, 每小时 3~5 次。

(3) 胎心音: 妊娠 18~20 周用听筒可于孕妇腹壁听到胎心音。正常时每分钟 120~160 次。

(4) 胎体: 妊娠 20 周后可经腹壁触及子宫腔内的胎体。于妊娠 24 周后, 触诊时可分辨胎头、胎背、胎臀和胎肢体。

3. 辅助检查

(1) 超声检查: B 型超声检查不仅能显示胎儿数目、胎产式、胎先露、胎方位、有无胎心搏动、胎盘位置及分级、羊水量、胎儿有无畸形, 还能测量胎头双顶径、股骨长等多条径线, 了解胎儿发育情况。超声多普勒能探出胎心音、胎动音、脐带血流音及胎盘血流音。

(2) 胎儿心电图: 国内常用间接法检测胎儿心电图, 通常在妊娠 12 周后即能显示较规律的图形, 妊娠 20 周后的成功率更高, 对诊断胎心异常有一定的价值。

三、胎姿势、胎产式、胎先露、胎方位

1. 胎姿势是指胎儿在子宫内的姿势。
2. 胎产式是指胎体纵轴与母体纵轴的关系。
3. 胎先露是指最先进入骨盆入口的胎儿部分。
4. 胎方位是指胎儿先露部的指示点与母体骨盆的关系。

第三节 妊娠期保健

一、孕期管理

1. 实行孕产期系统保健的三级管理。
2. 通过确诊早孕时初步筛查及孕妇的每次产前检查, 均能及时筛查出高危因素的孕妇。
3. 理想的产检开始应在孕早期(怀孕前 3 个月)检查一次, 确定妊娠, 根据早孕反应的情况, 给予适当指导。情况正常者每个孕月检查一次, 妊娠 28 周以后每 2 周检查一次, 妊娠 36 周以后每周检查一次, 如为高危孕妇应酌情增加产前检查次数。
4. 整个孕期需检查 10~12 次, 少于 5 次则为产检不足。

二、产前检查

围生期是从妊娠满 28 周(即胎儿体重 $\geq 1000\text{g}$ 或身长 35cm)至产后 1 周。

妊娠初诊在早孕第 12 周进行,初诊内容包括:①确定是否妊娠,建立产科病历和围产保健手册(或保健卡);②采集病史,目的是筛查出高危妊娠及胎儿质量。

1. 病史

(1) 健康史:①年龄:年龄过小容易发生难产;35 岁以上的初孕妇容易并发子痫前期、产力异常等。②职业:如工作中接触有毒物质的孕妇,应检测血常规及肝功能。③丈夫健康状况:着重询问有无遗传性疾病病史。了解孕妇的丈夫有无烟酒嗜好及性病病史。④过去史、家族史:重要脏器有无疾病及手术史。家族中有无高血压、糖尿病、结核病等。

(2) 孕产史:①了解孕次、产次及既往妊娠、分娩的情况。②本次妊娠过程、早孕反应情况、胎动时间、有无阴道流血、孕早期有无服药史,询问有害药物及致畸因素接触史。应了解孕妇的日常生活方式,饮食类型,活动与休息情况,工作状况,以及其个人卫生习惯。

(3) 推算预产期:按末次月经第一日算起,月份减 3 或加 9,日数加 7。若孕妇记不清末次月经日期或于哺乳期尚无月经来潮而受孕者,可根据早孕反应开始时间、胎动开始时间计算。

2. 身体评估

(1) 一般性全身检查:①一般情况:观察孕妇营养发育状况、精神状态、步态、身高,检查孕妇的心肺功能有无病变,脊柱四肢有无畸形,乳房发育情况,乳头大小,有无乳头凹陷,观察双下肢有无凹陷性水肿。②体重:通过体重测量评估孕妇的营养状态及有无水肿发生,所以每次孕期检查均应测体重并做好记录。妊娠晚期每周体重不应超过 0.5kg,否则考虑水肿或隐性水肿。③生命体征:包括体温、脉搏、呼吸和血压的测量,正常值与未孕时相同,若血压超过 18.7/12kPa 或超过基础血压 4/2kPa,则属病理状态。

(2) 产科检查:①腹部检查。②骨盆测量:骨盆外测量,骨盆内测量。③阴道检查及肛查。

(3) 绘制妊娠图。

(4) 辅助检查。

3. 心理、社会评估

(1) 妊娠早期:评估孕妇对妊娠的态度及接受程度。

(2) 妊娠中、晚期:评估孕妇对妊娠有无不良的情绪反应,对即将为人母和分娩有无恐惧和焦虑心理。

(3) 评估丈夫对此次妊娠的态度、家庭经济情况、孕妇在家庭中的角色等。

4. 高危因素评估 重点评估孕妇是否存在高危因素。

三、产科复诊

1. 询问孕妇健康状况,胎动出现时间及有无异常,自上次产前检查后有无不适症状,如头晕、头痛、眼花、水肿、阴道流血,警惕出现妊娠高血压疾病。

2. 每次测量体重、血压,检查宫高、腹围、胎方位、胎心、先露入盆情况,认真记

录并绘制妊娠图。发现异常应及时处理,如为高危妊娠,应进行登记,按高危妊娠管理。

3. 辅助检查包括复查血常规、尿常规;按时做B超;16~20周做唐氏筛查,妊娠24周做糖尿病筛查,自妊娠36周起每周做一次胎心监护等。妊娠34周做骨盆检查,包括:外阴、巴氏腺、阴道子宫颈、子宫、骨盆测量,进行保健指导,并预约下次复诊时间。

四、护理措施

1. 一般护理

告知孕妇产前检查的意义和重要性,预约下次产前检查的时间和产前检查的内容。若属高危孕妇,应酌情增加产前检查次数。

2. 心理护理

了解孕妇对妊娠的心理适应程度,给孕妇提供心理支持,帮助孕妇消除不良情绪。

3. 常见症状护理

(1) 恶心、呕吐:应避免空腹或过饱,避免引起不舒服或难以消化的饮食。

(2) 尿频、尿急:若由妊娠子宫压迫所致,且无任何感染迹象,则不必处理,此现象产后可逐渐消失。

(3) 白带增多:是妊娠期正常的生理变化。保持外阴部清洁,每日清洗外阴或经常洗澡,以避免分泌物刺激,严禁阴道冲洗。穿透气性好的棉质内裤,经常更换。

(4) 水肿:嘱孕妇左侧卧位,解除右旋增大的子宫对下腔静脉的压迫,下肢垫高15°,避免长时间站或坐,以免加重水肿的发生。若长时间站立,则两侧下肢应轮流休息,收缩下肢肌肉,以利于血液回流。适当限制盐的摄入,但不必限制水分。

(5) 下肢、外阴静脉曲张:孕妇应避免长时间站立,穿弹力裤或袜,以促进血液回流。

(6) 便秘:嘱孕妇养成每日定时排便的习惯,多吃水果、蔬菜等含纤维素多的食物,同时增加每日饮水量,注意适当的活动。未经医生允许,不可随便使用大便软化剂或轻泻剂。

(7) 腰背痛:指导孕期穿平跟鞋,在俯拾或抬举物品时,应保持上身直立,膝部弯曲,用两下肢的力量抬起。若工作要求长时间弯腰,妊娠期间应适当调整。疼痛严重者,必须卧床休息(硬床垫),局部热敷。产后6~8周,腰背痛自然消失。

(8) 下肢痉挛:指导孕妇饮食中添加钙的摄入,避免腿部疲劳、受凉,伸腿时避免脚趾尖伸向前,走路时脚跟先着地。若发生了下肢肌肉痉挛,应嘱孕妇背屈肢体,或站直前倾,或局部热敷按摩,直至痉挛消失。必要时遵医嘱口服钙剂。

(9) 仰卧位低血压综合征:此时若改为左侧卧位,使下腔静脉回流通畅,血压迅速恢复正常,症状可自然消失,不必紧张。

(10) 失眠:每日坚持户外活动,如散步。睡前用梳子梳头,温水洗脚,或喝热牛奶帮助入眠。

(11) 贫血:孕妇应适当增加含铁食物的摄入。若病情需要补充铁剂时,可用温水或水果汁送服,以促进铁的吸收,且应在餐后20分钟服用,以减轻对胃肠道的刺激。向孕妇解释,服用铁剂后大便可能会变黑,也可能导致便秘或轻度腹泻。

4. 健康教育

(1) 异常症状的判断: 孕妇出现下列症状时应立即就诊: 阴道流血, 妊娠 3 个月后仍持续呕吐, 寒战发热, 腹部疼痛, 头痛, 眼花, 胸闷, 心悸, 气短, 液体突然自阴道流出, 胎动计数突然减少等。

(2) 营养指导: 帮助孕妇制订合理的饮食计划, 以满足自身和胎儿的双重需要, 并为分娩和哺乳做准备。

(3) 衣着与个人卫生: 孕妇衣服应宽松、柔软、舒适, 冷暖适宜。不宜穿紧身衣或袜带, 以免影响血液循环和胎儿发育、活动。胸罩的选择宜以舒适、合身、足以支托增大的乳房为标准, 以减轻不适感。孕期宜穿轻便、舒适的平跟鞋, 避免穿高跟鞋, 以防腰背痛及身体失去平衡。

(4) 活动与休息: 一般孕妇可坚持工作到 28 周, 28 周后可适当减轻工作量, 避免长时间站立或重体力劳动。接触放射线或有毒物质的工作人员, 妊娠期应予以调离。卧床时宜采用左侧卧位, 以增加胎盘血供。居室内应保持安静、空气流通。

(5) 胎教: 胎教是有目的、有计划地为胎儿的生长发育实施的最佳措施。

(6) 孕期自我监护: 监护胎心音计数和胎动计数是孕妇自我监护胎儿宫内情况的重要手段。应嘱孕妇每日早、中、晚各数 1 小时胎动, 每小时胎动数应不少于 3 次, 12 小时内胎动累计数不得小于 10 次。凡 12 小时内胎动累计数小于 10 次, 或逐日下降大于 50% 而不能恢复者, 均应视为子宫胎盘功能不足, 胎儿有缺氧情况。

(7) 性生活指导: 妊娠前 3 个月及末 3 个月, 均应避免性生活, 以防流产、早产及感染。

(8) 产前准备: 应帮助缺乏抚养孩子知识和技能, 又缺乏社会支持系统的年轻准妈妈, 指导其准备好产妇及新生儿用物。

(9) 分娩先兆的判断: ①假临产: 特点是宫缩持续时间短且不恒定, 间歇时间长且不规则, 宫缩强度不增加, 常在夜间出现而于清晨消失, 宫缩只引起轻微胀痛且局限于下腹部, 宫颈管不短缩, 宫口扩张不明显, 给予镇静剂能抑制这种“假临产”。②轻松感: 初产妇多有轻松感, 感到上腹部较前舒适, 进食量增多, 呼吸较轻快, 系胎先露部下降进入骨盆入口后, 子宫底下降的缘故。因压迫膀胱, 常伴有尿频症状。③见红: 在分娩前 24~48 小时发生, 因宫颈内口附近的胎膜与该处的子宫壁分离, 毛细血管破裂经阴道排出少量血液, 与宫颈管内的黏液栓相混排出, 称为见红。它是分娩即将开始的一个比较可靠的征象。

五、胎儿健康监测

1. 胎儿宫内情况的监护

(1) 妊娠早期: 行妇科检查、确定子宫大小及是否与孕周相符; B 型超声检查最早在妊娠第 5 周可见到妊娠囊; 超声多普勒法最早在妊娠第 7 周能探测到胎心音。

(2) 妊娠中期: 借助手测宫底高度或尺测子宫长度和腹围, 判断胎儿大小及是否与孕周相符; 胎头双顶径值从妊娠 22 周起每周增加 0.22cm; 于妊娠 20、24、28 周行产前

检查时监测胎心率。

(3) 妊娠晚期: ①定期产前检查: 手测宫底高度或尺测耻上子宫长度, 测量腹围值, 胎动计数, 胎心监测。B 型超声不仅能测得胎头双顶径值, 且能判定胎位、胎盘成熟度。②胎动计数: 胎动通过自测或 B 型超声检查监测。若胎动计数 >30 次 /12 小时为正常。胎动计数 <10 次 /12 小时, 提示胎儿缺氧。③羊膜镜检查: 利用羊膜镜判断胎儿安危。正常见羊水呈透明淡青色或乳白色及胎发、漂浮胎脂片。混有胎粪呈黄色、黄绿色甚至深绿色。④胎儿心电图监测: 多用经腹壁外监护法, 对母儿无损伤, 可多次监测。⑤胎儿电子监测: 能连续观察并记录胎心的动态变化。因有子宫收缩描记、胎动记录, 故能反映三者间的关系。

2. 胎盘功能检查

(1) 胎动: 与胎盘血管状态关系密切, 12 小时 >30 次为正常。

(2) 测定孕妇尿中雌三醇值: 24 小时尿 $>15\text{mg}$ 为正常值, $10\sim15\text{mg}$ 为警戒值, 若 $<10\text{mg}$ 为危险值。

(3) 测定孕妇血清人胎盘生乳素值: 妊娠足月 HPL 值为 $4\sim11\text{ug/L}$, 若该值于妊娠足月 $<4\text{ug/L}$ 或突然降低 50%, 提示胎盘功能低下。

(4) 缩宫素激惹试验 (OCT): 无应激试验无反应型需做 OCT, OCT 阳性提示胎盘功能减低。

(5) B 型超声行胎儿生物物理监测, 也有实用价值。

3. 胎儿成熟度检查

(1) 正确推算妊娠周数, 必须问清末次月经第 1 日的确切日期, 并问明月经周期是否正常, 有无延长或缩短。

(2) 尺测耻骨上子宫长度及腹围, 以估算胎儿大小。简单易记的胎儿体重 (g) 估算方法为: 子宫长度 (cm) $\times$ 腹围 (cm) $+200$ 。

(3) B 型超声测胎头双顶径值 $>8.5\text{cm}$, 提示胎儿成熟。

(4) 检测羊水卵磷脂与鞘磷脂 (L/S) 比值, 该值 >2 , 提示胎儿肺成熟, 行羊水泡沫试验, 两管液面均有完整泡沫环, 提示胎儿肺成熟。

(5) 检测羊水肌酐值, 该值 $\geq 176.8\mu\text{mol/L}$ ($2\text{mg}/\%$), 提示胎儿肾成熟。

(6) 检测羊水胆红素类物质含量, 用 ΔOD_{450} 测该值 <0.02 , 提示胎儿肝成熟。

(7) 检测羊水淀粉酶值, 碘显色法测该值 $\geq 450\text{U/L}$, 提示胎儿唾液腺成熟。

(8) 检测羊水含脂肪细胞出现率, 该值达 20%, 提示胎儿皮肤成熟。

第二部分 自我检测与训练

一、名词解释

着床 生理性贫血 仰卧位低血压综合征 胎产式 胎先露 胎方位

二、填空题

1. 胎儿附属物由_____、_____、_____、_____组成。

2. 脐带是连接胎儿与胎盘的条索状组织, 脐带内有_____条脐动脉和_____条脐静脉。

3. 正常足月妊娠时, 羊水量约为_____ml。

4. 循环血容量于妊娠 6~8 周开始增加, 至妊娠_____周达高峰, 约增加 30%~45%。

5. 孕妇长时间仰卧位, 可引起_____。

6. 妊娠_____周, 可在耻骨联合上触到子宫底。

7. 正常胎心音的次数_____。

8. 妊娠晚期, 孕妇每周体重增加不应超过_____。

9. _____周末, 胚胎初具人形。_____周末, 部分经产妇已能自觉胎动。_____周末, 出生者若加强护理, 可以存活。

10. 子宫峡部非孕时长_____cm。随着妊娠进展, 子宫峡部逐渐伸展拉长变薄, 形成_____, 临产时可伸展至_____cm。

11. 孕妇多于妊娠_____周开始自觉胎动, 每小时_____次。

12. 妊娠_____周用听筒可于孕妇腹壁听到胎心音。

三、选择题

A1 型题

1. 早期妊娠是指

- A. 妊娠第 14 周末以前
- B. 妊娠第 13 周末以前
- C. 妊娠第 12 周末以前
- D. 妊娠第 8 周末以前
- E. 妊娠第 6 周末以前

2. 卵子与精子相遇结合为受精卵的部位是

- A. 输卵管间质部
- B. 输卵管壶腹部
- C. 输卵管峡部
- D. 子宫腔
- E. 盆腔

3. 下列激素不是胎盘所合成的是

- A. 雌激素
- B. 绒毛膜促性腺激素
- C. 孕激素
- D. 人胎盘生乳素
- E. 催产素

4. 下列选项中不属于羊水功能的是

- A. 胎儿有一定活动度
- B. 气体交换

- C. 保护胎儿不受外来损伤
 - D. 监测胎儿成熟度
 - E. 传导子宫收缩的压力
5. 关于胎儿的发育, 不妥的描述是
- A. 8 周末各内脏器官基本形成
 - B. 16 周末部分孕妇自觉胎动
 - C. 20 周末临床上听到胎心
 - D. 28 周末身长约 35cm, 体重约 1000g, 出生后生活能力良好
 - E. 40 周末身长约 50cm, 体重约 3000g 以上, 出生后生活能力强
6. 妊娠期, 正常孕妇血液循环系统的变化, 正确的为
- A. 红细胞沉降率稍降低
 - B. 血液相对浓缩
 - C. 血液处于低凝状态
 - D. 收缩压无明显变化
 - E. 后期心率增加约 20/分
7. 妊娠 12 周末, 宫底高度为
- A. 耻骨联合上 2~3 指
 - B. 脐耻之间
 - C. 脐下 1 指
 - D. 脐上 1 指
 - E. 脐上 3 指
8. 正常足月妊娠时, 羊水量约为
- A. 500ml
 - B. 600ml
 - C. 800ml
 - D. 1500ml
 - E. 2000ml
9. 妊娠期间母体的变化, 错误的选项是
- A. 妊娠 32~34 周血容量增加达高峰
 - B. 妊娠后卵巢不排卵
 - C. 子宫峡部在妊娠后期形成子宫下段
 - D. 左侧肾盂肾炎多见
 - E. 妊娠晚期易发生外阴及下肢静脉曲张

A2 型题

1. 患者, 女, 29 岁。停经 50 天诊断为早孕。有关孕期护理指导, 错误的是
- A. 孕期饮食应多样化, 防止偏食
 - B. 孕妇用药要谨慎

- C. 孕妇被动吸烟，对胎儿同样有影响
- D. 睡眠多取右侧卧位
- E. 妊娠前 3 个月、后 2 个月禁止性生活

2. 患者，女，27 岁。初次妊娠，月经周期约 30 天。已停经一段时间，末次月经及胎动时间记不清，无明显早孕反应。用尺测量：耻骨联合上子宫长度为 26cm。听诊：胎心音良好。现妊娠周数为

- A. 20 周末
- B. 24 周末
- C. 28 周末
- D. 32 周末
- E. 36 周末

3. 患者，女，30 岁。月经 5~6/40~44，LMP 2012 年 10 月 9 日。超声检查：胎儿较孕龄小 2 周左右，推算其预产期为

- A. 2013 年 7 月 12 日
- B. 2013 年 7 月 18 日
- C. 2013 年 7 月 16 日
- D. 2013 年 7 月 26 日至 30 日
- E. 2013 年 7 月 10 日至 8 月 6 日

4. 患者，女，28 岁。妊娠 34 周，长时间仰卧后出现血压下降，主要原因是

- A. 心率加快
- B. 脉搏减慢
- C. 回心血量减少
- D. 脉压差增加
- E. 回心血量增加

5. 患者，女，26 岁。发生仰卧位低血压综合征时，正确的护理措施是

- A. 改为左侧卧位
- B. 给予口服升压药
- C. 立即坐起
- D. 改为右侧卧位
- E. 起身进行户外运动

6. 患儿，女婴。身长 36cm，体重 1050g，皮下脂肪少，头发、指甲已长出。新生儿娩出后能啼哭、吞咽，但生活能力较差。估计该新生儿娩出时孕周为

- A. 8 周
- B. 16 周
- C. 20 周
- D. 28 周
- E. 40 周

7. 患者，女，29岁。孕妇，查体：子宫底位于脐上3指，估计妊娠时间为

- A. 12周末
- B. 16周末
- C. 24周末
- D. 28周末
- E. 32周末

8. 患者，女，初产妇。妊娠55日，在“妇儿卫生保健咨询日”向护士咨询，孕期禁止性生活的时间段，正确回答是

- A. 妊娠2个月内及最后1个月
- B. 妊娠2个月内及最后2个月
- C. 妊娠3个月内及最后半个月
- D. 妊娠3个月内及最后1个月
- E. 妊娠3个月内及最后3个月

9. 患者，女，26岁。妊娠20周后行自我胎动计数，胎动正常的是

- A. 1~2次/小时
- B. 3~5次/小时
- C. 6~8次/小时
- D. 9~12次/小时
- E. 13~15次/小时

10. 患者，女，30岁。妊娠30周，胎方位为枕左前位，听取胎心音的部位应在

- A. 脐下左侧
- B. 脐下右侧
- C. 脐上左侧
- D. 脐上右侧
- E. 脐周围

11. 患者，女，28岁。初产妇，妊娠35周，四步触诊结果，于子宫底部触到圆而硬的胎头，在耻骨联合上方触到较软而宽且不规则的胎臀，胎背位于母体腹部右前方，胎心音于脐上右侧听到。该孕妇的胎方位是

- A. 骶左前
- B. 骶右前
- C. 骶左后
- D. 骶右后
- E. 骶左横

12. 患者，女，初产妇。妊娠30周，产前检查均正常。咨询监护胎儿情况最简单的方法，应指导其采用

- A. 胎心听诊
- B. 自我胎动计数

C. 测宫高、腹围

D. B 超检查

E. 电子胎心监护

13. 关于四步触诊错误的是

A. 前三步，检查者均面向孕妇头部

B. 第四步面向孕妇足部

C. 第二步触诊主要查胎背四肢在何侧

D. 第三步主要检查胎先露大小

E. 第四步主要了解胎先露部入盆程度

A3 型题

(1~2 题共用题干)

患者，女，30 岁。平素月经规律，停经 9 周，晨起恶心呕吐，到医院就诊，妇科检查阴道和子宫颈充血，宫体与宫颈似不相连。

1. 该患者的诊断是

A. 子宫内膜炎

B. 甲状腺功能减退

C. 异位妊娠

D. 妊娠

E. 绒毛膜癌

2. 该患者需进行的辅助检查是

A. 诊断性刮宫

B. B 超

C. 阴道后穹窿穿刺

D. 肾功能检查

E. 阴道脱落细胞检查

A4 型题

(1~3 题共用题干)

患者，女，40 岁。已婚，孕 1 产 0，月经周期规律，4~5/30。末次月经为 4 月 1 日，持续 5 日，4 月 6 日干净，现已妊娠 6 周。

1. 该患者的预产期为

A. 下一年 1 月 6 日

B. 本年 12 月 8 日

C. 下一年 1 月 8 日

D. 本年 7 月 14 日

E. 本年 11 月 4 日

2. 该患者应做的检查不包括

A. 胎儿性别检查

B. 羊水染色体检查

C. B 超检查

D. 血 AFP 检查

E. 常规血象检查

3. 患者最可能出现的异常是

A. 血 AFP 升高

B. 胎儿神经管畸形

C. 急产

D. 胎儿染色体异常

E. 早产

X 型题

1. 中晚期妊娠的表现，包括

A. 子宫增大使腹部逐渐膨隆

B. 半数孕妇有早孕反应

C. 孕 16 周起自感胎动

D. 孕 18~20 周起在腹壁听到胎心

E. 孕 20 周后在腹壁触到胎体

2. 有关孕期卫生，正确的是

A. 早期用药应慎重

B. 保证充足睡眠

C. 8 个月后避免重体力劳动

D. 最后 2 个月避免盆浴

E. 早孕 2 周内禁止性生活

四、简述题

1. 简述胎盘的功能。

2. 试述羊水的功能。

3. 简述腹部四步诊的方法及内容。

4. 简述测量宫高和腹围的方法。

5. 简述孕期自我监护的内容。

五、论述题

患者，女，已婚，30 岁。月经规律，周期 30 天，经期 4~5 天。因月经过期 12 天未来，且近 2 天感恶心，前来就诊，想了解自己是否怀孕以及如果怀孕了，孕早期应怎样健康指导？