

漫 談 避 孕

苏应寬*

高学良*

什么叫做避孕

用人为的方法不使受孕称为避孕。

为什么要避孕 可分为两大原因：因疾病和非疾病两种。疾病类者系因母亲患有一些疾病暂时不宜于怀孕生产，否则会影响母亲健康，甚至生命，如患有进行性肺结核，传染病的恢复期，子痫直后期，心脏病（轻）、产后贫血、神经衰弱、剖腹产术后等。过早怀孕或再怀孕会影响母亲健康。非疾病类的多系生小孩的比較密，影响健康（大人，小孩）、影响学习，甚至经济上感到困难。因这种情况而要求避孕者比較多，所以避孕也成为广大群众比較普遍的要求。

是因为我們人口过多而造成了困难嗎？我們不能这样理解。誰都知道解放几年来我們用了三年時間恢复了经济，并且順利地进行了第一个五年計劃。工农业迅速的发展着，人民的生活普遍提高了，社会福利事业也明显的发展着。此外，国家还拿出大批錢来补助生活困难的职工。为什么还普遍要求节制生育呢？理由也比較明显，虽然生活普遍有了改善，但我們建国为时还短，我国人口众多，大多数人都处于贫困的境域，目前虽大大的改善了，但是还談不到富有，国家也不可能拿出更多的錢来举办福利事业；解放后妇女亦翻了身，获得与男子同等就业的机会，也积极地参加社会主义建設，这是过去所沒有的。由于生理的关系，妇女負了比男子更多撫养子女的担子，如果真是小孩子比較密，而在托儿所，托嬰所等向不能更多設立，以及经济收入还未能提到比較高的时候，能够适当节制生育，对父母、对子女以及減輕国家的负担方面都有积极意义的。解放前更加有这种要求，但提出來誰又听呢？

我們今天提出节育的問題是和新馬尔萨斯人口論有根本的区別的。反动的新馬尔萨斯人口論学說認為世界上穷困的灾难是由于人口过剩的緣故。他企图使人們模糊了壟断资本家残酷掠夺，剝削广大劳动人們的真相，而把广大劳动人民所受的穷困灾难归罪于人口过剩。这种顛倒是非，黑白不分的說法是非常反动的。我們的党和政府已經为人民做了許多好事，并且还在做着，毫無疑問的我們在不長的时期將要建成一个社会主义工业化的国家，我們的困难只是暫时的。再者我們宣傳避孕并不等于鼓励大家不生育，因为养儿育女也是我們应尽的責任。避孕乃是适当的节制生

育，这样既不影响大人健康，精力，不增加国家負担，又能很好的撫育儿女。所以在宣傳避孕之前我們应对之有一正确的認識。

避孕的方法

受孕为健康的精子和卵子結合，并能在子宫坐胎繼續生長发育成熟。如果有方法制止精子或卵子的产生，或产生后在兩者未相遇以前破坏之，或人为造成子宫环境不适于坐胎，則必然不能受孕。在我們研究使用避孕方法时，不能只考虑到滿足了上述的要求，还得看看是否对身体健康有損。譬如用鐳照射卵巢可以使卵巢不再排卵，但卵巢功能也因而消失，日后再想受孕也不可能了，这样就不符合我們的要求。目前致力于藥物避孕者有可能是着眼于这方面的，必須注意較長时服用以不損害男女的健康为准繩。其次我們在選擇避孕方法时必須是随手应心，这样才能达到我們主动的来支配生育。所采用的方法也應該是容易使用，不花費很多的，因为避孕涉及的面非常广，使用的也經常，否則即便有效和无害于身体也不会被普遍应用的。

目前所使用的方法还是很有限的。这些方法的原理为使健康精子和卵子不相遇，这些方法都存在不同程度的缺点。几种方法合并使用效果要高些。

現在仅介紹几种常用的方法，并将每种方法的效果，优缺点簡單說明，为了敘述方便，把避孕法归納为三大类：（一）一般常用的避孕法；（二）藥物避孕法；（三）器具避孕法。

一般常用的避孕法

体外排精法（性交中断法）

这种方法是性交时，在男子洩精前，立即將阴莖自阴道內抽出而射精于女子体外。很明显的这种方法是依賴男子的自制。缺点：①当性冲动达到极点即將排精时，往往很难立即將阴莖抽出。②很多男子在正式射精以前不自觉的有一小部精液随尿道分泌物一同排入阴道。③实行这种方法男女双方都需作立即抽出之准备，双方不能达到最高乐趣。④由于不确定是否有精液流入阴道，女方常思想上怕受孕而存很大負担，日久常易造成精神影响。⑤長期应用此法常可造成女方生殖器充血，而发生腰疼、腹疼、月經和性感失

* 山东医学院

常。

这种避孕法虽然有以上的缺点，但由于不需任何物质准备，随时可用，所以不得已时可采用。

哺乳避孕法

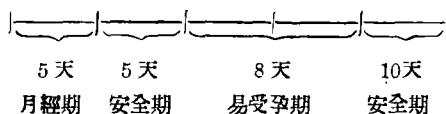
哺乳期内有一大部分妇女是没有月经，排卵受到抑制，因此不易受孕。很多人利用哺乳作为避孕手段；有的人故意延长哺乳期，这是一种天然节育方法，能把生育造成一定时间的间隔。

在哺乳期内卵巢及子宫的功能受到抑制，因而排卵及月经停止，但这并不是每一个人都这样，有一部分人虽然哺乳每月都有月经；也有的人没有月经，但可能有排卵，所以也能受孕。因此这个方法并不是十分可靠，事实上有不少人在哺乳期，月经未来潮就已受孕了。此外不应仅为了节育而过分延长了哺乳时间，因为这样对母子都有不良影响。

安全期性交法

正常情况下妇女每月只有一次排卵，即有一个卵子成熟从卵巢内排出来，并且排卵常是有一定规律的，精子和卵子寿命一般是一、二天，因此在能找出排卵期后，避免在排卵的前后三、四天内性交，可使精子与卵子错过相遇的机会，从而达到避孕的目的。

根据研究和试验的结果排卵一般是发生在下次月经的前两周，如果月经周期是28天，排卵期即在月经周期的第14天左右。在排卵期的前后三、四天内是最易受孕的时期，其他时间是不易受孕的称为安全期。由于排卵并非很易确定的，所以通常所谓之安全期是月经前的一周，或月经后的数天。例如月经周期是28天，其中：月经期占5天，排卵期前后占8天，则安全期为6—11 5天，18—28 10天。



安全期性交法在理論上是有一定根据的，但是实际应用上仍有很多问题的，首先在月经不规律的人就很难应用这种方法，此外排卵期是常受到精神刺激，环境改变而改变，有人认为性交本身常会影响排卵期或者可以产生额外排卵。很多人的经验告诉我们月经即将来的前一、二天内唯一的一次性交结果受孕了，所以所谓安全期并不安全。安全期性交法另外的缺点是限制了性交日期，特别是初婚的夫妇是很难作到的。因此这不是一个良好的方法，只有在一定情况下或与其他方法结合使用。

药物避孕法

药物避孕法是将一种药物放置于阴道内，将进入阴道的精子杀死或阻止其进入子宫，通常所用的药物是有杀死精子作用，及其形成泡沫或油液借机械的阻力使精子的活动度受限。能杀死精子的药物很多，但药物必须是对男女双方都无害的，且须经济又易保存，不沾污衣服者。现在医药公司能供应的有以下几种避孕药品。

避孕胶冻（亦称避孕药膏）

避孕胶冻是胶质半透明的药物，装在同牙膏管一样的锡管内，并附有注入器，以便将胶冻注入阴道内。

使用方法：将注入器的一端旋在锡管罗纹上，挤压锡管即有胶冻进入注入器，压满后将锡管取下，在仰卧的姿势将注入器插入阴道顶端，再退出约半寸，推动活塞将胶冻压入子宫颈附近的阴道内。另一种方法是胶冻与阴道隔膜并用，将于阴道隔膜项内叙述。

避孕胶冻使用很方便，效果良好，特别对初婚夫妇或不能使用避孕器具者更为适合。但是子宫下垂或有严重会阴撕伤的不宜用此方法，因为胶冻不易保持在阴道内。单独使胶冻效果达70—90%，最好能与阴道隔膜并用。

避孕栓剂及片剂

栓剂又称坐药，是把杀死精虫的药物混合在油脂性物质内，作成一端稍尖的药丸，外面用锡纸或腊纸包装。栓剂放入阴道后十分钟即融化而散布在阴道内及子宫颈表面。

用法很简单，在性交前10分钟左右，将栓剂从锡纸或腊纸内剥出，尖端向上，以手指推入阴道上端，每次一枚。

栓剂使用方法简单，携带便利，效果可达85—90%，但因为油脂制剂，夏天不易保存，且易污染衣物。

片剂常为杀精虫剂及泡沫剂混合压成片剂，放入阴道内3—5分钟即可溶化，有时怕其不易溶化，先蘸水然后放入阴道。

器具避孕法

利用器具以达到避孕目的的称为器具避孕法，通常是借器具以阻碍精子进入子宫腔内，有男用和女用两种，男用的是阴茎套，女用的有阴道隔膜。

阴茎套

阴茎套是以橡皮制成很薄的囊袋，一般是卷叠放置。套的入口为较厚的圆状圈，顶端有一凸起部为贮存精液用，在性交前将套套在阴茎上，性交时精液流

于套内而不能进入阴道。

阴莖套必須是由質量很好橡皮制成，使用前必須將套的卷折打开，从入口处吹气使套膨胀，檢查有无漏气地方，因为即是有很小的漏孔也会有精子穿过的(图1)。

使用方法：在性交前，將阴莖套套在勃起的阴莖上，套頂端的空气必須挤出，性交时最好在阴莖套上涂抹滑油剂，通常可以避孕膠冻代替之。在射精后，阴莖开始縮軟时，即应以手指按住套口，將阴莖及套一并抽出，以免精液外溢或阴莖套滑脫到阴道內，取下套后应檢查是否有破裂。第二天在温水內將套洗淨，擦干，最好涂上少量滑石粉，卷叠起来放着，待下次使用。

阴莖套使用方便，效果比較可靠，理論上可达到100%的效果，一般可达70—95%。很多夫妇都愿使用，在男女一方有滴虫感染时，用阴莖套可以避免彼此感染。但也有以下缺点：

(一) 由于套的关系，阴莖与阴道不能直接磨擦，减少很多性交快感。

(二) 有时阴莖套破裂，則完全失去避孕的意义。

阴道隔膜

阴道隔膜俗称子宫帽，为一种橡皮制成的小圆帽样的东西，它的圆頂是柔軟的薄橡皮制成，边缘橡皮圈內有彈簧环，以保持一定形状。彈簧环直径的毫米数規定阴道隔膜的号碼，例如70号即表示彈簧环的外直径为70毫米。由于阴道大小不等，一般阴道隔膜的大小是50—80号，每隔5毫米有一号(图2)。

隔膜放入阴道后，它的边缘在后穹窿，前緣在恥骨联合后側，借彈簧的作用隔膜四周都与阴道壁紧贴，这样把阴道分割为两部分，并且隔膜把子宫頸盖住，性交时精液洩入隔膜以外，精子不能越过它而到达子宫頸口，如果將隔膜的边缘及圆頂都事前涂上避孕膠冻，則避孕的效果更可提高。

要想使用阴道隔膜，必須先到医院請妇科大夫檢查一下，决定是否能采用或采用什么号碼。并学习使用方法。妇女有子宫或阴道壁脫垂的情况即不易采用隔膜，因为这些情况下隔膜很难固定在阴道內，阴道隔膜必須合适，不然会感到不适，或达不到避孕的效果。

用法：將膠冻从錫管內挤到隔膜的圆頂上，用手指涂抹均匀，使圆頂及边缘都有膠冻(图3)，以右手拇指与食指来持隔膜并夾扁之，(图4)使凸面向上沿阴道后壁徐徐放入用食指按隔膜之后緣，使达阴道后穹

窿端(图5)，再以食指將隔膜前緣送至恥骨联合后側(图6)。安放时，可以采取半臥式，蹲在地上，坐在椅边等姿势，在隔膜放入后，用中指进入阴道探查一下，隔膜是否將子宫頸盖住。如未盖住应重新安放，隔膜放入后，再用注入器向阴道內注入一些膠冻，在性交后8—12小时，始得把隔膜取出。取出的方法是用手指进入阴道把隔膜鈎住拉出。取出后用肥皂水洗淨，擦干，涂以滑石粉，保存下次使用。

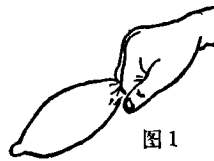


图1

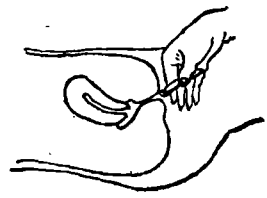


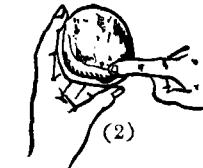
图4



图2



(1)



(2)

图3



图5

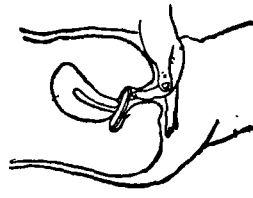


图6

如果阴道隔膜与避孕膠冻結合使用效果可达98%，为避孕方法中最有效的一种，一般医师都愿介紹这种避孕方法，但是这种方法必須先請医生檢查，配一定大小的隔膜，很多妇女怕麻煩即不采用此法，还有妇女对生殖器官完全不了解的，也很难学会使用隔膜的方法。

最常見失敗的原因

避孕成功与否要看执行避孕方法情况如何，严格遵守介紹的方法去做成功率才会高。目前有很多要求人工流产的妇女中，我們檢查了43名有关避孕方面的

情况,其中9名无记载,10名未采用任何避孕方法,其余24名失败,其原因为:用阴道套者4例(2例套破裂,2例精液溢出于阴道内),用安全期者3例,坐药者2例,不经常用避孕方法者4例,体外排精者2例,阴道隔膜者1例,服某种中药者8例。病历记载中以用阴道套者有效时间最长,不少例子改用其它避孕方法后而遭到失败。当然这统计不足以说明各种避孕方法的优越性,但可看出阴道套是目前比较容易行和有效的。在山东省立第一医院1956年10,11,12及1957年1月4个月中人工流产者竟达56名之多(同期正常分娩为487人)。其中因有疾病指征者仅5名,因生产过密或过多者51名。

避孕是双方面的问题,在要求人工流产的妇女中,不少是因男子不愿意用,甚至影响夫妇感情。男方以为最多不过施行人工流产就是了,这是错误的。因为实行人工流产有一定的缺点,可以有以下情况发生:

- 1.不全流产造成流血和感染,甚至不孕。
- 2.子宫内膜炎或输卵管炎。

3.不规则月经,往往一个时期月经过多。

4.子宫的创伤,如子宫颈管裂伤或穿通。

因此苏联医学文献曾报告流产后体力长期不恢复,月经不调,性感减弱,肥胖或衰老,以及容易致成习惯性流产。

如何开展避孕工作

首先我们应了解这是一桩很有意义的工作,不少妇女由于惧怕怀孕生产,所以拒绝性交,因而造成夫妇不和睦,勉强性交的精神上也非常痛苦。不少是不知有避孕的方法,也有不少是使用该方法不当。避孕门诊的任务在于指导妇女如何使用避孕方法,根据对方的知识,条件以及身体的状况提出具体意见,为了巩固这些方法的使用,必须介绍简单的生理解剖知识,传授时必须示以实物,并令其实地表演。

开始宣传避孕方法时应避免采取多人听课方式。还应主动深入机关,工厂和合作社中去。首先向有避孕要求的已婚妇女中的积极分子宣传,通过她们再不断的传播出去。

学习中医点滴体会

孙家琳*

解放后党及人民政府,一再的号召要中西医加强团结,在团结的基础上,整理祖国的医学,并要西医虚心的学习中医。当时我在学习政策的时候,总是觉得,为什么要先进的医学倒要去学习中医的草根树皮呢?

通过了一个时期的政策学习之后,接着便是中医理论的学习,使我在思想上有了初步的改变,认为祖国的医学并不是落后的,更不是简单的草根树皮,而是有丰富的内容,显著的疗效。因此我便一边学习,一边自我进行批判。到目前为止,我认为我们不但要虚心的学习中医,而且要老老实实的钻进去学习中医。

试看内经道生篇:「虚邪贼风,避之有时」及「四季调神论」一章,不都是按季节的不同来定起居么,这不正是通过内在及外在的矛盾而求得矛盾的统一么。至于对大脑皮层的活动,亦有所阐述,如道生篇「恬惔虚无,真气从之,精神内守病安从来」「从欲快志于虚无之守,故寿命无穷,与天地终」。诸如此类,实在太多,不胜枚举。

在诊断方面,亦并非全靠切脉,大家都知道,中医诊断的四个步骤,是包括望、闻、问、切的。也就是望其形色,闻其声音,问其病史及有关问题,然后再切脉,四者结合起来,才能得出初步的诊断来,正如我们的作诊断工作包括听、叩、问、捫、视一样。中医的单凭切脉,固然对疾病的了解,受到限制,但西医的听诊器一挂,亦未必能和理想的一样走遍天下。

(下转55页)

* 莱阳专区第一人民医院