PART 5
難以預料的狀況題

「早產」不是誰的錯

當寶寶在滿20週未滿37週誕生，我們稱之爲「早產」。孕期就要多留意早產跡象，適度的安胎有益於寶寶的健康，是否持續安胎請與醫師討論。



爲什麼會早產？

雖然目前有50%的早產查不出原因，不過根據統計，可查出原因的早產主要可歸爲5類問題：

感染問題

孕媽咪受到感染，如身體有發燒、子宮異常疼痛、陰道分泌物異常等，較有可能引起早產之風險。

子宮過度被撐大

像是懷雙(多)胞胎、羊水過多、子宮畸形。

有妊娠併發症

部分孕媽咪患有妊娠高血壓、胎盤早期剝離、前置胎盤等，都是早產的高危險群，必要時醫師會建議提前生產。

合併內外科疾病

如慢性高血壓、糖尿病、免疫疾病等。

子宮頸閉鎖不全

導致子宮頸懷孕中就打開，也容易引發早產。

認識早產徵兆

懷孕未滿37週的媽咪卻有下列情況發生，應儘快就醫檢查，預防早產的發生。

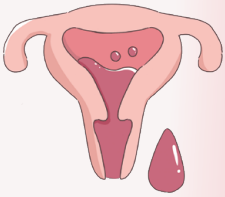


子宮收縮

一小時內有6次以上子宮收縮，類似月經來臨時的悶痛感，或是要來之前的脹痛感，達到不舒服的程度，且休息 1 小時仍無法改善。

陰道出血

大量出血或少量持續性出血。





破水

陰道流出大量水樣液體。

延伸閱讀
財團法人台灣早產兒基金會

「安胎」確保母胎平安

若被醫師告知要安胎，孕媽咪別緊張，讓媽咪身體健康、寶寶平安誕生是現階段我們要努力的事，一起來安頓好自己和肚子裡的寶貝。

可能需要安胎的狀況

曾經早產

曾經因早產而安胎的孕婦，再次發生早產的機率也會提高。

雙(多)胞胎妊娠

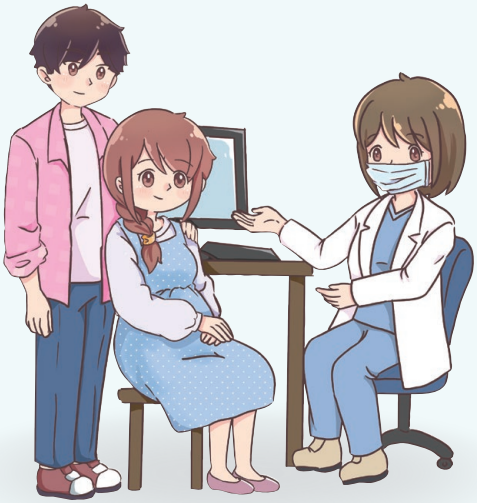
懷有雙(多)胞胎，早產機率會提高，也因雙(多)胞胎妊娠容易引發併發症，可依照醫師建議增加產檢次數，隨時注意胎兒狀況。

高危險妊娠

請定期檢查，遵循醫囑，注意休息，保持心情穩定，留意異常狀況及胎動。

子宮頸閉鎖不全

懷孕中期子宮頸因不明原因變薄、變短或擴張，合併羊膜由子宮頸滑出，而易造成胎兒提早分娩。



產前出血

需確認是因息肉或是前置胎盤所導致的出血情況。通常只要出血合併子宮收縮，建議就醫。沒有合併子宮收縮的出血，也須查明原因。

前置胎盤

此情況屬於高危險妊娠，一旦出血須立即就醫。也因爲胎盤位置較低，媽咪在日常生活中，要避免像是性行爲、搬重物等粗重工作，減少出血的機率。

規則子宮收縮

1 小時內出現6次以上的子宮收縮，或20分鐘內收縮4次以上，且持續超過1小時，合併子宮頸變軟、擴張等。

早期破水

提早破水是早產重要原因，同時會增加母體胎兒感染風險，一般會考量感染風險及胎兒成熟度決定生產時機。

居家安胎注意5件事

孕媽咪在家中進行安胎，保持心情愉悅很重要，做可以讓自己放鬆心情的事。

1. 如果沒有出現破水、陰道出血或子宮收縮等情況，可適時下床走走。
2. 應減少容易促使子宮收縮的動作，包含刺激乳頭、搬重物、頻繁上下樓梯等激烈活動。
3. 避免性行為及陰道灌洗。
4. 依照醫師指示按時服用藥物，並按時回診。如有任何疑問，隨時詢問專業醫療人員。
5. 注意有無早產現象，懷疑時儘速就醫確認，降低風險。

安胎期間家人這樣做

懷孕是每個家庭的大事，尤其在孕媽咪安胎期間，無論在生理或心理都承受著相當壓力，此時，家人給予良好的支持與照顧很重要。

- 伴侶請多關心孕媽咪，給她足夠的心理支持，讓她保持愉悅心情，安心休養。
- 按摩孕媽咪的肩膀、背部、小腿，舒緩身體及心情。
- 若家裡有其他需要照顧者，找幫手或協助妥善安排。



什麼狀況時需要住院安胎？

當孕媽咪出現以下情況，應立即就醫，醫師會視情況給予合適安胎藥物，降低早產帶來的風險。

- 早發性子宮收縮，口服藥物無法控制，或是有合併子宮頸擴張情形。
- 早期破水。
- 陰道出血。
- 其他高危險妊娠狀況，由臨床醫師來決定。

如使用安胎藥物出現不適症狀，請與醫師討論是否調整安胎藥物的使用。

延伸閱讀
【孕產婦關懷網站】
懷孕了！什麼情況需要安胎？



安胎一定要臥床嗎？

在家安胎的孕媽咪，通常可以適度活動；在醫院安胎的孕媽咪，請諮詢您的婦產科醫師。此外，如果需要臥床，也要動動手腳，防止肌肉無力及血栓產生，也可請另一半適度幫忙輕輕按摩。