

# 認識早產很重要

當寶寶在滿20週未滿37週出生，稱之為**早產**。  
若出現早產徵兆，請儘速就醫。  
如有疑問，隨時諮詢您的婦產科醫師！



## 早產徵兆



### 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。



## 可能原因

### 感染問題

受到感染，如身體有發燒、子宮異常疼痛、陰道分泌物異常等。

### 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

患有妊娠高血壓、胎盤早期剝離、前置胎盤等，都是早產高危險群。

### 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。



延伸閱讀  
台灣早產兒基金會

# 安胎期間注意事項

- 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，包括刺激乳頭、搬重物、頻繁上下樓梯等活動。
- 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。
- 5 注意有無早產現象，懷疑時儘速就醫確認。



延伸閱讀  
【孕產婦關懷網站】  
懷孕了！什麼情況需要安胎？



## 家人可以這樣做

多關心孕媽咪，給她各方面的支持。



家事我來做！  
好好休息  
不要有壓力

幫孕媽咪按摩肩膀、背部、  
小腿，舒緩身體及心情。

