

# 高齡懷孕風險高 五大守則要知道



## 認識早產預兆

- 恥骨上方出現近似經痛的情況
- 骨盆、大腿或腹股溝感到受壓或疼痛
- 腰背隱隱作痛，或背部感到壓力
- 腸臟絞痛或腹瀉
- 陰道分泌物增加
- 陰道流出水狀、粉紅或咖啡色液體或血液



## 辨識危險妊娠

### 寶寶因素

- 早產
- 胎兒生長遲滯
- 胎位不正
- 妊娠過期
- 多胞胎
- 染色體異常

### 羊水胎盤因素

- 前置胎盤、胎盤植入
- 胎盤早期剝離
- 羊水過多或過少



## 做好孕期保健

- 拒絕二手菸、檳榔
- 應避免X光照射
- 禁止飲酒
- 均衡營養



## 知道產兆來臨

- 破水：羊水流出現，應速去醫院
- 落紅：紅色分泌物與出血(鮮紅或暗紅)
- 陣痛：子宮規則收縮



## 按時產前檢查

- 國民健康署補助每位準媽媽10次產前檢查、1次超音波檢查及第35-37週1次乙型鏈球菌篩檢，另針對孕期重要健康議題(孕期營養、維持母胎安全、孕期心理適應等)，於第1、3孕期各提供1次產前衛教指導
- 準媽媽於懷孕期間，可藉由產前檢查及醫護人員照護，幫助準媽媽順利度過孕產期

