

高齡孕婦守則

要按時產前檢查

國民健康署補助每位準媽媽10次產前檢查
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。

要認識早產預兆

一小時內6次以上或10-15分鐘一次的子宮收縮
子宮與陰道有下墜感、壓迫感、脹痛感
無法改善的下背痛
持續腹瀉或腹部絞痛
分泌物增加
胎動較減少一半

要做好孕期保健

避免吸菸、避免飲酒等不良嗜好及作息。
避免X光照射，但有必要，可在醫師指示下進行。

要辨識危險妊娠

可於衛生福利部網站查詢政府核准的「高危險妊娠孕產婦及新生兒照護品質中度級、重度級急救責任醫院」名單，可提供您較完善的緊急醫療照護服務。

要知道產兆來臨

接近生產期之前，會出現輕鬆感、落紅或現血、陣痛或腰酸、破水等徵象，儘速到產房待產。