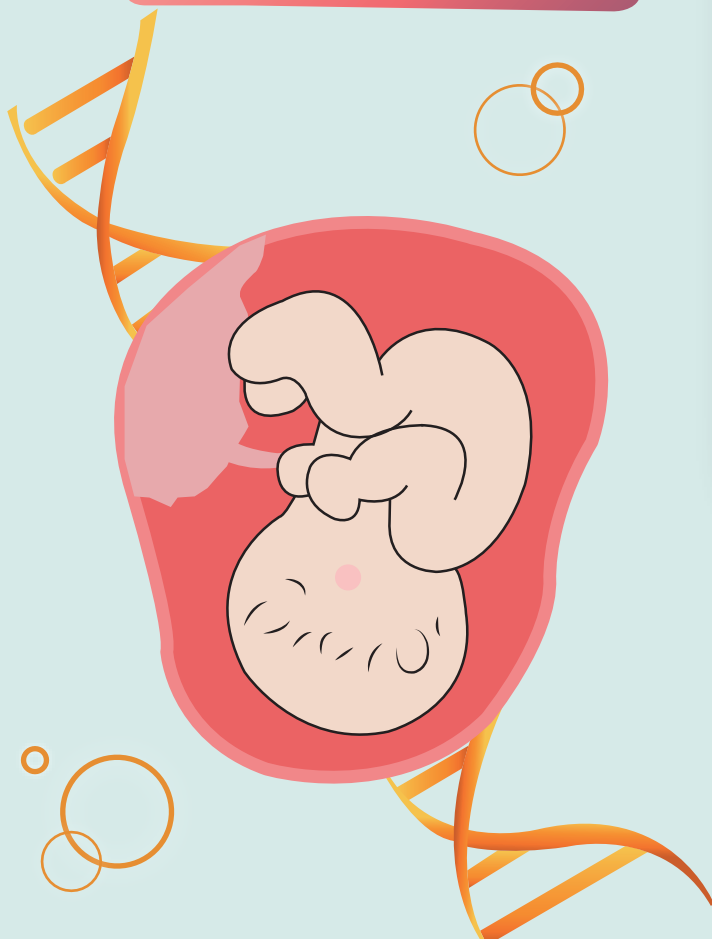


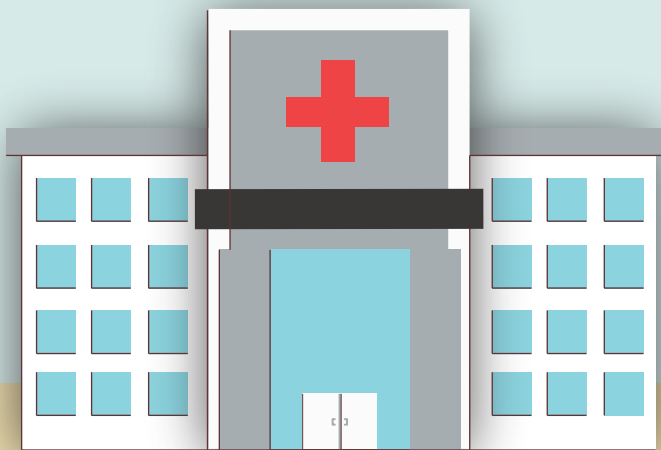
# 孕產婦健康 高齡產婦

自費產檢&  
日常生活注意事項



建議的自費產檢：

1. 唐氏症篩檢(初唐/中唐)
2. 羊膜穿刺
3. Nifty非侵入性唐氏症檢查
4. 子癲前症(妊娠)
5. 脊椎性肌肉萎縮症篩檢SMA
6. 妊娠糖尿病
7. 高層次超音波檢查



日常生活的7大守則：

1. 深海魚油的營養補充
2. 多多躺臥休息
3. 減輕體內壓力
4. 降低膽固醇的攝取量
5. 減少孕期多餘熱量攝取
6. 勤做產前運動
7. 注意氣候的變化

