

預防早產

國泰綜合醫院 護理部 編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 定義

孕期 20 週~37 週前生產，屬於早產。早產兒發生機率約 8~12%，近年來並逐年上升中。早產是新生兒併發症及死亡最常見的原因。早產通常有先兆，若能注意及適當處理，有助延緩早產發生並降低新生兒死亡及嚴重併發症機率。

■ 早產徵兆

- 規則宮縮：孕婦懷孕 20~30 週時觸摸子宮，每小時腹部變硬次數應少於 2~3 次；於懷孕 30~36 週時，每小時腹部變硬次數則應少於 3~4 次。如果出現規則宮縮，且躺床休息 30 分鐘後仍未改善者應盡速就醫。
- 下腹部疼痛、持續性的腰痠或下背痛。
- 陰道出現鮮紅或暗紅色出血。
- 破水：突然有大量液體流出，或少量但持續流出液

體疑似破水現象，需立即就醫。

- 胎動減少：觀察胎動狀況，若持續降低至一半或停止，建議盡快就醫進一步檢查。

■ 早產高危險群

- 生活型態影響：營養不良、孕前體重低於 45 公斤、使用成癮藥物、工作過度勞累者。
- 孕前特殊狀況：懷孕年齡過小或過大、懷孕間隔過短(少於 6 個月)、子宮先天異常、曾有流產經驗、曾接受過子宮頸手術者、前胎早產者。
- 孕期特殊狀況：潛在性或現存性感染、高血壓、妊娠毒血症、多胞胎、前置胎盤、胎盤早期剝離、早期破水、早期出血、胎兒有先天疾病或受感染、子宮頸短合併宮縮等。
- 不良習慣：抽煙喝酒、藥物濫用。
- 多胞胎：雙胞胎早產機率較高，胎兒數量越多，早產機率越高、早產週數也越小。
- 胎兒狀態：胎兒過大、胎兒畸形、胎兒生長異常等等。

■ 預防及日常注意事項

- 定期產前檢查：產前檢查可及早發現早產徵兆，並給予適當處理。
- 避免不必要的長途旅行。
- 避免過度操勞。
- 避免精神上的不安和焦慮。
- 如果出現陰道出血、腹部悶痛、持續子宮收縮及破水等早產現象，應該立即到設有新生兒加護病房的醫院檢查，才能讓早產兒盡快獲得妥善的處理與照顧。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 產房轉 3551-2

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 產房轉 2751-2

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 產房轉 2601-2

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

A5000.586.2024.03 初訂