

早產的認識與預防

[發表醫師] : 護理指導 醫師(婦產科)

[發布日期] : 2006/6/30

一. 定義：懷孕 20—37 週間，發生規則頻率的子宮收縮，且合併子宮頸有進行性的變化現象稱之。

二. 原因：早產的可能原因與機轉是複雜而多樣的，約 50% 的原因不明，早產預測較肯定的因素有：

1. 羊水感染。
2. 陰道、子宮頸、子宮感染。
3. 子宮頸閉鎖不全。
4. 子宮過度膨脹：多胞胎、羊水過多、胎兒過大。
5. 子宮畸形。
6. 外傷。
7. 孕婦有內科疾病如：糖尿病、高血壓、腎臟炎等。
8. 孕婦吸煙每天逾 10 支者。

三. 早產的主觀症狀：

1. 規則性子宮收縮如月經來潮般的腹痛或下腹痛，每降低於 10 分鐘即變硬一次。

2. 一陣陣的腰酸感。
3. 有下墜感或陰道有壓迫感。
4. 陰道分泌物增加或帶有血色。
5. 腸絞痛或不停的腹瀉。
6. 陰道有液體流出。

四. 早產的預防：

◎懷孕前的注意

1. 避免年幼，未婚生子。
2. 避免子宮頸的傷害或懷孕間隔太密。
3. 確認子宮頸閉鎖不全，儘早處理。
4. 儘早找出高危險因子，加強教導及定期檢查，降低其影響結果。

◎懷孕期間的保健措施：

1. 定期接受產前檢查。
2. 注意孕期的飲食營養、個人衛生、情緒。
3. 具有早產因子者，應有適當的休息，限制某些活動—如提重物，性活動宜緩和並儘可能使用保險套。
4. 立即治療急性發燒性疾病。
5. 有效控制內科疾病狀況。

◎早產不可避免時的適當處置：

每位孕婦應認識早產的症狀並自行監測，儘早至有完善週產期照護之醫療處理。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼,但不可取代實際的醫療行為,所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。