



認識先兆性流產

一、何謂「先兆性流產」？

一般發生於懷孕前20週，臨床表徵會出現下腹脹痛感，伴隨少量出血或深咖啡色分泌物的現象，透過檢查無子宮頸擴張，且胎兒心跳正常者稱之為「先兆性流產」，配合醫療適當的休息，通常可持續妊娠。倘若出血未停止，且伴隨子宮頸擴張、胎兒無心跳，則稱為「不可避免性之流產」。

二、發生先兆性流產時該如何處理？

- (一)依醫師建議臥床休息直至症狀改善。
- (二)觀察出血量和顏色，若持續出血且血量增加或不明組織排出，請立即就醫。
- (三)遵守醫師處方按時服用藥物。

三、日常生活中，需重視之事項：

- (一)充份的休息，切勿過度勞累，保持心情愉快，情緒穩定。
- (二)攝取均衡的營養，避免刺激性食物，適當攝取蔬果預防便秘，禁止灌腸及服用瀉藥。
- (三)出血時禁止性交以避免引起子宮收縮，須經醫師診察後，確定身體狀況正常才可開始性行為。
- (四)保持身體清潔特別是會陰部，採淋浴方式以預防感染。
- (五)依醫師指示服藥，並定期產前檢查。
- (六)尋求適當的醫療照護、避免感染、避免會造成早產的因子，如避免久站的工作、藥物濫用、抽菸等因素。

參考資料

- 王隆碩、陳豪君、李俊廷(2014)．臨床常用安胎中藥機轉與安全性探討．*中醫藥研究論叢*，17(1)，57-68。
- 方惠珍、劉介宇、戴蕙蓮、陳治平、高美玲(2011)．健康諮詢介入措施對非住院高危險妊娠孕婦不確定感、壓力與生產結果之成效．*護理暨健康照護研究*，7(1)，3-13。
- Farideh, D., Maryam, K., & Giuti, E. (2010). A comparison between the pregnancy outcome in women both with or without threatened abortion. *Early Human Development*, 86(3), 193-196.