

先兆性流產衛教指導



❖ 何謂“先兆性流產”

一般發生於懷孕前 20 週，臨床表徵有下腹脹痛，伴隨少量出血，透過檢查無子宮擴張，且胎兒心跳正常，可持續妊娠，稱為『**先兆性流產**』。若出血未停止且伴隨子宮頸擴張，胎兒無心跳，則為『**不可避免性之流產**』。

❖ 臨床表徵

1. 持續陰道出血。
2. 持續或劇烈頭痛、腹痛。
3. 視力模糊。
4. 胎動比平常活動量少。
5. 陰道有水樣不明分泌物流出。

❖ 發生先兆性流產時該如何處理

1. 臥床休息至少 48 小時或直至症狀改善。
2. 觀察衛生棉墊上的出血量和顏色，若有大量鮮血應至醫院求診。
3. 遵守醫師處方依時服用藥物。

❖ 日常生活中，需重視之事項

1. 充份的休息，切勿過度勞累。
2. 攝取均衡的營養，避免刺激性飲食，適當攝取高纖食物預防便秘。
3. 保持心情愉快，情緒穩定。
4. 預防便秘，禁止灌腸及服用瀉藥。
5. 未經醫生許可，嚴禁亂服藥物。
6. 暫時不宜有性生活。
7. 保持身體及會陰部之清潔，採淋浴方式預防感染。
8. 每兩週需至醫院產檢一次，依醫師指示服藥。
9. 尋求適當的醫療照護，避免感染會造成早產的因子，如：久站、藥物濫用、抽菸等。

參考文獻：

柯淑華(2015)·妊娠期出血·於李從業總校閱，實用產科護理學(七版，597-602 頁)·台北：華杏。