

早期妊娠相关问题： 可能出现的情况及接下来的应对

本资料信息适用于任何经历早期妊娠相关问题的人，例如出现疼痛、出血或不确定的情况。早期妊娠阶段（前13周内）可能倍感压力且情况难以预测，尤其是在症状发生变化或一时无法明确判断的情况下。本资源介绍了安大略省居民应前往何处就医、何时需要寻求帮助，以及后续随访的通常流程。



何时要立即就医

如果出现以下情况，请拨打 911 或前往急诊室：

- ✓ 阴道大量出血（例如：每小时浸湿卫生巾超过1片，或排出大血块）
- ✓ 严重的腹部或盆腔疼痛（例如：剧烈、持续、单侧或逐渐加重的疼痛）
- ✓ 晕厥或感觉要昏厥，尤其是突然发生、反复出现，或伴随出血或疼痛
- ✓ 肩部尖端疼痛
- ✓ 严重头晕或心跳加快
- ✓ 体温超过 38°C (100.4°F) 或出现寒战，尤其伴有腹痛或出血
- ✓ 严重呕吐或无法经口补液
- ✓ 休克迹象（皮肤湿冷、意识混乱或呼吸浅促）
- ✓ 有宫外孕史或曾接受生育治疗，并出现新的疼痛或出血

实用贴士：

- 如果你不确定离你最近的急诊室在哪里，请访问 [Find a service – Health811](#) (查找服务)
- 如果你有健康卡（例如，OHIP），务请带上；如果有近期检测结果，也请带上。



何时应在当日或次日就医

如果出现以下情况，请联系医护人员：

- ✓ 轻度至中度的腹部绞痛或腹部不适，且症状未加重。
- ✓ 少量点滴出血，尤其是在性行为后或盆腔检查后
- ✓ 恶心和呕吐，但尚可控制，且没有脱水迹象（例如极度口渴、口干舌燥、头晕或无法经口补液）
- ✓ 妊娠测试阳性，但对症状感到不确定
- ✓ 阴道分泌物有强烈或难闻（恶臭）的气味。这可能表明存在感染，应进行检查。
- ✓ 你担心可能出了什么问题

你可以联系：

- 你的初级保健提供者（家庭医生或执业护士）
- 你的助产士或妇产科医生
- 无需预约的诊所、紧急医疗中心或 [Health811](#)
- 如果上述资源皆无法获得或无法前往，则可去急诊室

实用贴士：

- 如果你需要更专业的医疗护理（针对疼痛、出血或检查结果不明确的情况），可询问是否有**早期妊娠评估门诊（EPAC）**。
- 这些门诊提供协调统一的检查和随访服务，省内部分城市设有此类门诊。
- 你的医生、助产士或急诊室可以为你转介。
- 有些门诊允许自行转介——可搜索“Early Pregnancy Assessment Clinic Ontario”或致电当地医院查询。
- 如果你有健康卡（例如，OHIP），务请带上；如果有近期检测结果，也请带上。



就诊流程

你的医疗团队可能会：

- 询问你的孕期和症状
- 在需要时进行体格检查
- 安排血液检测（妊娠激素—— β -hCG）
- 安排超声波检查以确认妊娠情况

你可能需要进行不止一次血液检测或超声波检查，才能得到明确结论。这种情况在怀孕初期非常常见。

实用贴士：

可以询问诊所是否可当场做超声检查，或需要另行预约。



后续流程

怀孕初期，往往需要经过一段时间才能了解具体发生的情况。一次就诊或检查往往不够。

你的医疗团队可能会建议：

- 几天内重复进行多次血液检测
- 隔一段时间后进行超声波复查
- 持续观察你的症状变化
- 安排与医生、助产士、早期妊娠评估门诊（EPAC）或妇产科医生的后续随访



怀孕早期就诊时可能会听到的术语

你的医疗团队在谈论血液检测或超声波检查结果时可能会使用某些医学术语。这些术语是用于指导你的治疗和后续随访。它们并不总是代表最终诊断（即对病情的明确判断）。

→ 宫外孕

这是指妊娠在子宫外发育，通常是在输卵管内。这种情况虽然罕见，但很严重，需要紧急就医。

实用贴士：如果你听到这个术语，或出现相关症状（例如：疼痛加剧、头晕或肩部疼痛），请立即前往急诊室。如果你有健康卡（例如，OHIP），务请带上；如果有近期检测结果，也请带上。

→ 妊娠丧失（流产）

这是指妊娠停止发育，通常发生在孕早期（头三个月）。如果出现这种情况，医护人员会与你讨论后续的步骤，并提供支持。

实用贴士：询问后续随访将在哪里进行（家庭医生、EPAC 门诊或医院）。如果你需要情感支持，可要求转介至[妊娠和婴儿丧失 \(PAIL\)](#) 网络或当地的咨询机构。

→ 妊娠位置不明 (PUL)

这是指妊娠检测呈阳性，但在超声检查中尚未看到妊娠的位置。这种情况可能发生在妊娠早期（少于 6 周），通常需要进一步随访检查。

实用贴士：询问医护人员，你是否应该回同一诊所或去 EPAC 进行后续复查。

→ 存活能力不确定

这是指妊娠位于子宫内（位置正确），但现在要了解其发育是否正常还为时过早。

实用贴士：医疗团队很可能会在 7 至 14 天后安排再次超声检查。确认检查将在同一诊所或是在医院影像科进行。



可能对你有帮助的支持资源

以下信息可能对你有帮助。

• 原住民支持

如果你是原住民、因纽特人或梅蒂斯人，可以咨询医院、诊所或社区是否提供原住民患者导航员 (Indigenous Patient Navigators) 或由原住民主导的支持服务。他们可以帮助协调医疗护理和文化支持。

• 无安大略省健康保险计划 (OHIP) 承保

如果有需要，你仍然可以并且应该寻求医疗帮助。请向诊所咨询相关选项和费用，或致电 Health811 (拨打 811 或访问 health811.ontario.ca) 获取就医建议。

• 语言和无障碍支持

你可以申请口译服务、无障碍支持，或带上一位陪同人员。请在预约时或报到登记时提出相关需求。

• 如果感觉不对劲

你可以随时返回就诊或就你的诊疗计划提出疑问。如果症状恶化，请前往急诊室。

• 怀孕相关问题和婴儿丧失支持

可以请医护人员转介至妊娠和婴儿丧失 (PAIL) 网络，或填写[支持申请表](#)。请访问[妊娠和婴儿丧失 \(PAIL\) 网络](#)或 [PregnancyED](#)，获取更多信息。

• 心理健康与安全

如果你感到不堪重负或不安全：

› 心理健康热线 (安大略省) : 1-866-531-2600
(24 小时全天服务) 或访问 connexontario.ca。

› 9-8-8 自杀危机求助热线: 致电或发送短信至 9-8-8

› 希望健康热线: 1-855-242-3310 (24 小时全天服务) 或访问 hopeforwellness.ca—支持原住民、因纽特人和梅蒂斯人。

本资源备有其他语言版本。
扫描二维码即可查看。



本资源仅供一般参考，不能替代医疗建议、诊断或治疗。