

早期妊娠相關問題： 可能出現的情況及接下來的應對

本資訊適用於任何經歷早期妊娠相關問題的人，例如出現疼痛、出血或不確定的情況。早期妊娠階段（前 13 週內）可能倍感壓力且情況難以預測，尤其是在症狀發生變化或一時無法明確判斷的情況下。本資源介紹了安大略省居民應前往何處就醫、何時需要尋求幫助，以及後續隨訪的通常流程。



何時要立即就醫

如果出現以下情況，請撥打 911 或前往急診室：

- ✓ 陰道大量出血（例如：每小時浸濕衛生巾超過 1 片，或排出大血塊）
- ✓ 嚴重的腹部或盆腔疼痛（例如：劇烈、持續、單側或逐漸加重的疼痛）
- ✓ 暈厥或感覺要昏厥，尤其是突然發生、反覆出現，或伴隨出血或疼痛
- ✓ 肩部尖端疼痛
- ✓ 嚴重頭暈或心跳加快
- ✓ 體溫超過 38°C (100.4°F) 或出現寒戰，尤其伴有腹痛或出血
- ✓ 嚴重嘔吐或無法經口補液
- ✓ 休克跡象（皮膚濕冷、意識混亂或呼吸淺促）
- ✓ 有宮外孕史或曾接受生育治療，並出現新的疼痛或出血

實用貼士：

- 如果你不確定離你最近的急診室在哪裡，請瀏覽 [Find a service – Health811](#) (查找服務)
- 如果你有健康卡（例如，OHIP），務請帶上；如果有近期檢測結果，也請帶上。



何時應於當日或次日就醫

如果出現以下情況，請聯絡醫護人員：

- ✓ 輕度至中度的腹部絞痛或腹部不適，且症狀未加重。
- ✓ 少量點滴出血，尤其是在性行為後或盆腔檢查後
- ✓ 噁心和嘔吐但尚可控制，且沒有脫水跡象（例如極度口渴、口乾舌燥、頭暈或無法經口補液）
- ✓ 妊娠測試陽性，但對症狀感到不確定
- ✓ 陰道分泌物有強烈或難聞（惡臭）的氣味。這可能表明存在感染，應進行檢查。
- ✓ 你擔心可能出了什麼問題

你可以聯絡：

- 你的初級保健提供者（家庭醫生或執業護士）
- 你的助產士或婦產科醫生
- 無需預約的診所、緊急醫療中心或 [Health811](#)
- 如果上述資源皆無法獲得或無法前往，則可去急診室

實用貼士：

- 如果你需要更專業的醫療護理（針對疼痛、出血或檢查結果不明確的情況），可詢問是否有**早期妊娠評估門診 (EPAC)**。
- 這些門診提供協調統一的檢查和隨訪服務，省內部分城市設有此類門診。
- 你的醫生、助產士或急診室可以為你轉介。
- 有些門診允許自行轉介——可搜尋“Early Pregnancy Assessment Clinic Ontario”或致電當地醫院查詢。
- 如果你有健康卡（例如，OHIP），務請帶上；如果有近期檢測結果，也請帶上。



就診流程

你的醫療團隊可能會：

- 詢問你的孕期和症狀
- 在需要時進行體格檢查
- 安排血液檢測（妊娠激素—— β -hCG）
- 安排超聲波檢查以確認妊娠情況

你可能需要進行不止一次血液檢測或超聲波檢查，才能得到明確結論。這種情況在懷孕初期非常常見。

實用貼士：

可以詢問診所是否可當場做超聲檢查，或需要另行預約。



後續流程

懷孕初期，往往需要經過一段時間才能瞭解具體發生的情況。一次就診或檢查往往不夠。

你的醫療團隊可能會建議：

- 數天內重複進行多次血液檢測
- 隔一段時間後進行超聲波複查
- 持續觀察你的症狀變化
- 安排與醫生、助產士、早期妊娠評估門診 (EPAC) 或婦產科醫生的後續隨訪



懷孕早期就診時可能會聽到的術語

你的醫療團隊在談論血液檢測或超聲波檢查結果時可能會使用某些醫學術語。這些術語是用於指導你的治療和後續隨訪。它們並不總是代表最終診斷（即對病情的明確判斷）。

→ 宮外孕

這是指妊娠在子宮外發育，通常是在輸卵管內。這種情況雖然罕見，但很嚴重，需要緊急就醫。

實用貼士 如果你聽到這個術語，或出現相關症狀（例如：疼痛加劇、頭暈或肩部疼痛），請立即前往急診室。如果你有健康卡（例如，OHIP），務請帶上；如果有近期檢測結果，也請帶上。

→ 妊娠丟失（流產）

這是指妊娠停止發育，通常發生在孕早期（頭三個月）。如果出現這種情況，醫護人員會與你討論後續的步驟，並提供支援。

實用貼士：詢問後續隨訪將在這裡進行（家庭醫生、EPAC 門診或醫院）。如果你需要情感支援，可要求轉介至[妊娠及嬰兒丟失 \(PAIL\)](#) 網絡或當地的諮詢機構。

→ 妊娠位置不明 (PUL)

這是指妊娠檢測呈陽性，但在超聲檢查中尚未看到妊娠的位置。這種情況可能發生在妊娠早期（少於6週），通常需要進一步隨訪檢查。

實用貼士：詢問醫護人員，你是否應該回同一診所或去 EPAC 進行後續複查。

→ 存活能力不確定

這是指妊娠位於子宮內（位置正確），但現在要瞭解其發育是否正常還為時過早。

實用貼士：醫療團隊很可能會在 7 至 14 天後安排再次超聲檢查。確認檢查將在同一診所或是在醫院影像科進行。



可能對你有幫助的支援資源

以下資訊可能對你有所幫助。

• 原住民支援

如果你是原住民、因紐特人或梅蒂斯人，可以諮詢醫院、診所或社區是否提供原住民患者導航員 (Indigenous Patient Navigators) 或由原住民主導的支援服務。他們可以幫助協調醫療護理和文化支援。

• 無安大略省健康保險計劃 (OHIP) 承保

如果有需要，你仍然可以並且應該尋求醫療幫助。請向診所諮詢相關選項和費用，或致電 Health811 (撥打811或瀏覽 health811.ontario.ca) 獲取就醫建議。

• 語言和無障礙支援

你可以申請口譯服務、無障礙支援，或帶上一位陪同人員。請在預約時或報到登記時提出相關需求。

• 如果感覺不太對

你可以隨時返回就診或就你的診療計劃提出疑問。如果症狀惡化，請前往急診室。

• 懷孕相關問題和嬰兒丟失支援

可以請醫護人員轉介至妊娠及嬰兒丟失 (PAIL) 網絡，或填寫[支援申請表](#)。請瀏覽[妊娠及嬰兒丟失 \(PAIL\) 網絡](#)或 [PregnancyED](#)，獲取更多資訊。

• 心理健康與安全

如果你感到不堪重負或不安全：

› 心理健康熱線 (安大略省) : 1-866-531-2600
(24 小時全天服務) 或瀏覽 connexontario.ca。

› 9-8-8 自殺危機求助熱線：致電或發送簡訊至 9-8-8

› 希望健康熱線：1-855-242-3310 (24 小時全天服務) 或瀏覽 hopeforwellness.ca— 支援原住民、因紐特人和梅蒂斯人。

本資源備有其他語言版本。
掃描二維碼即可查看。



本資源僅供一般參考，不能替代醫療建議、診斷或治療。