孕期子癲前症的認識與預防

什麼是子癲前症？

子癲前症是一種懷孕期間可能發生的疾病，患者會出現高血壓及尿液中的蛋白質含量升高。通常在懷孕 20 週之後出現並可能會導致嚴重的併發症。這也可能發生在寶寶出生後不久。

哪些人會有風險？

如果您有以下情況，則罹患子癲前症的風險可能較高：

- 首次懷孕
- 年齡小於 20 歲或大於 40 歲
- 先前懷孕時曾患有子癲前症
- 有子癲前症或高血壓家族病史
- 懷有多胞胎
- 患有肥胖症
- 懷孕前患有糖尿病或存在某些健康問題
- 這次讓您懷孕的是位新伴侶
- 是黑人或非洲裔、原住民或新移民（由於獲得醫療保健的機會不平等、語言障礙或歧視，而不是由於生理因素）

有哪些體征及症狀？

- 高血壓（由產前醫療服務提供方監測）
- 頭前部和/或雙眼之間有頭痛感，且持續不退（即使服用對乙醯氨基酚 [如泰諾或仿製藥]後依然如此）
- 視力改變，如視力模糊或看到斑點
- 腹部右上方（肝臟所在位置）持續疼痛
- 手、臉或腳腫脹（可能與此相關，也可能無關）
- 體重突然增加
- 呼吸急促或胸痛

輕度子癲前症可能不會引發症狀。參加所有產前檢查並檢查血壓非常重要。

子癲前症可以預防嗎？

儘早採取行動至關重要。您的產前保健人員可能會建議您服用小劑量阿司匹林，以降低患上嚴重早發型子癲前症的風險，即使您沒有上一頁列出的任何風險因素。

什麼是阿司匹林？
阿司匹林，又名乙醯水楊酸 (ASA)，是可以小劑量服用的一種幫助降低子癲前症風險的藥物。

什麼時候應該諮詢瞭解 ASA？
如果您有任何子癲前症的風險因素，請諮詢您的產前保健人員，在懷孕前三個月末開始使用小劑量 ASA 是否會有幫助。劑量為 162 毫克（兩片 81 毫克的藥片），睡前服用。

ASA 是如何起作用的？
ASA 有助於改善胎盤供血，從而降低患嚴重早發型子癲前症的風險。在懷孕 16 週之前開始使用效果最佳。產前保健人員通常會告訴您在懷孕 36 週左右停止服用小劑量 ASA。

在產前保健人員建議下，懷孕期間服用小劑量 ASA 通常認為是安全的。

為什麼早期檢測很重要

早期發現子癲前症非常重要，因為子癲前症可能導致嚴重併發症，例如：

- **早產：**子癲前症可能會增加嬰兒早產（37 週前生產）的可能性。
- **小於胎齡兒（SGA）：**子癲前症可能導致胎兒生長受限，這意味著您的寶寶相對於胎齡可能偏小。
- **器官損傷：**子癲前症可能會損傷腎臟和肝臟等重要器官。
- **子癇：**一種危及生命的疾病，會出現癲癇發作，對您和寶寶都可能造成危險。

後續護理至關重要。妊娠期高血壓會增加晚年患心臟病的風險。寶寶出生後，在您的血壓趨於穩定之前，定期去看醫護人員複診非常重要。另外建議在產後六個月進行心臟健康篩查及未來妊娠諮詢。

您可以做些什麼

- **積極預防：**如果您患子癲前症的風險較高，請向您的產前護理人員諮詢有關開始服用小劑量 ASA 的事宜。
- **監測您的健康狀況：**參加所有產前檢查，跟蹤您的血壓和整體健康狀況，並篩查可能由子癲前症引起的其他問題，例如嬰兒的生長問題。
- **報告症狀：**如果您出現任何令人擔憂的症狀，請立即聯絡您的產前護理人員。

如果出現嚴重頭痛、視力模糊、手、臉或腳突然腫脹或腹部疼痛，請立即就醫。

切記：即使沒有已知風險因素的個人仍可能發生子癲前症。早期發現，包括可能在懷孕早期開始服用小劑量 ASA，可以起到很大的作用。請務必與您的產前護理人員溝通，制定適合您和寶寶的個性化計畫。

本資料摘要僅供一般參考，不能取代醫療建議、診斷或治療。

© 2025 省婦幼保健委員會