

子痫前症须知

子痫前症的普遍程度超出了大多数人的想象——事实上，它是一种非常普遍的严重妊娠并发症。子痫前症可能很危险，甚至会危及生命，但目前我们对它知之甚少，因此无从预防。

关于子痫前症的重要信息

什么是子痫前症？

它是一种妊娠期特有疾病，可能对孕妇和胎儿造成危害。多数情况下它的症状较轻，但也有可能出现危险的严重症状。惊厥是最严重的并发症之一，又被称为“子痫”——故有“子痫前症”之称。

它的高发人群？

子痫前症的平均发病率为每 10 位孕妇中有一人患病。最容易患子痫前症的人包括：头胎孕妇、超过 40 岁的孕妇、身体质量指数超过 35 的孕妇、有子痫前症家族史的孕妇、距离上次分娩超过 10 年的孕妇、患有高血压/糖尿病/肾病的孕妇、孕有多胎的孕妇以及以前曾患此病的孕妇。

它的病因？

胎盘出现问题，限制了对胎儿的供血流量。胎盘问题在妊娠初期形成，但直到妊娠晚期才会致病——通常在妊娠的最后数周发病。

有哪些先兆？

孕妇高血压、高尿蛋白，有时伴有胎儿发育不良——所有这些都通过例行产前检查检测出来。

如何治疗？

患有子痫前症的孕妇需要接受严格的监测——通常需要住院或住日间病房——还可能需服用控制血压。

能否治愈？

只有通过分娩，将造成根本问题的胎盘娩出后方能痊愈。正因为如此，多数患有子痫前症的孕妇需要催产，她们通常提前分娩。

是否会复发？

有些妇女会复发。平均复发几率约为 1/20。

能否在妊娠初期预知？

目前还不行——这也是定期产前临床检查至关重要的原因——但患病几率很高的孕妇可以确诊。

能否预防？

不太可靠——虽然有些医生认为，在医生的指导下每天服用小剂量阿司匹林对某些患者会有所帮助。

曾患过子痫前症的人可以采取哪些预防措施？

征求专家建议，坚持经常做产前检查，千万不要错过医生约见，向您的助产士或医生汇报所有病兆或症状。

需要注意的病兆

- 反复发作的剧烈头疼
- 视物模糊，眼前有闪光或亮点
- 肋骨下剧疼，尤其是右侧
- 呕吐（不是早孕时的晨吐）

如欲获取子痫前症各方面的建议和资讯，请拨打 Action on Pre-eclampsia 的帮助热线 0208 427 4217

Action on Pre-eclampsia
The Stables, 80B High
Street Evesham
Worcestershire
WR11 4EU

电子邮件: info@apec.org.uk

www.apec.org.uk

慈善组织注册编号: 1013557

公司注册编号: 2736320

怀孕期间检查血压和尿液的原因

每次产前约见时您都应该检查血压和尿液。这是因为血压和尿的变化可能是一种名为子痫前症的妊娠疾病的征兆。这种疾病如果未能及早发现，可能会危害您和胎儿的健康。定期检查有助于确保母婴平安。

血压是什么？

血压是推动血液在您身体里循环的动力。将充气袖带围于上臂即可测得血压。记录的血压测量值有两个：前一个（最高的）数值是心脏搏动时的压力；第二个数值是两次搏动之间的压力。血压因人而异。它也会随一天中时间变化和您所做的事情而变化。女性的正常血压是 **110/70** 或 **120/80**。但您的血压可能稍高或稍低，这对您而言是完全正常的。

妊娠时的血压

您的助产士会在第一次产前约见时测出您的血压。此后每次约见时，她或您的医生都会检查您的血压。

如果我的血压过高该怎么办？

紧张、焦虑或活动可能导致您的血压暂时升高。但如果血压居高不下，您就可能患上了子痫前症。正常血压和高血压之间没有明确的界线。但如果血压读数高于 **140/90**，医生和助产士通常会怀疑患病的可能性。如果您的血压过高，您的助产士或医生需要更加频繁地测量血压。每次检查时他们还会检查您的尿蛋白。

尿蛋白检查

您的尿液可以提供关于母婴健康状况的重要线索。您至少应该做一次尿检，妊娠期间尿检频率应该高于平时。但如果每次约见都做尿蛋白检查，就有可能是子痫前症的征兆。

检测过程

您的助产士或医生将一条纸带（试纸）放入新采集的尿液样本中。检测结果将显示尿液中是否含有蛋白质以及蛋白质的含量。如果含有极少量蛋白质，您的检测单上会注明“微量”。这种情况无需担心。超过微量蛋白质时，检测单上就会标注一个或多个 + 号。

如果发现尿蛋白该怎么办？

如果您的尿蛋白检测单上有一个或多个 + 号，而且还有高血压，您很可能已经患上了子痫前症，需要特别护理。尿检也可能是检查尿蛋白以外的其它病症，如感染。如果发现并经过治疗后，蛋白质消失，那么您无需再接受特别护理。

如果您已经患上子痫前症

子痫前症与您

您住院后会经常做血压和尿液检查。如果您的血压很高（**160/100** 以上），那么您需要服药加以控制。但这些不会危及您和胎儿。子痫前症可能会影响您身体的许多部位，您可能需要做肝脏、肾脏和凝血系统等检查。照管您的医生和助产士还需要知道您是否感觉不适，因为这可能意味着病情加重。

子痫前症与您的胎儿

子痫前症也可能影响您的胎儿。胎儿也要定期接受检查，以确定是否存在发育缓慢和其他疾病的征兆。即使母亲患有严重的子痫前症，有些胎儿仍然健康无恙。但如果胎儿看上去健康状况不佳，您的医生可能会建议提前分娩。

分娩和产后

如果患有子痫前症，您很可能需要做催产或剖腹产。分娩期间，您和胎儿要受到严密的监测。胎儿娩出后，您会迅速康复。血压恢复正常可能需要数天、数周甚至数月的时间。如果您的婴儿是早产儿，他/她可能需要一段时间的特别护理。如果婴儿发育成熟，或者早产儿恢复良好，那么孩子不会有任何问题。

这不是您的过错！

子痫前症不是因为不良生活习惯造成的，因而也不能通过良好的生活习惯来预防。高血压是因为疾病造成的，与压力、焦虑或工作劳累无关。这不是您的过错。

如果您感觉不适……

许多患子痫前症的妇女都感觉良好，但感觉不适可能是您患病或病情加重的第一征兆。

需要注意的征兆

- 反复发作的剧烈头疼
- 视物模糊，眼前有闪光或亮点
- 肋骨下剧疼，尤其是右侧
- 呕吐（不是早孕时的晨吐）

这些症状不一定意味着患有子痫前症，但如果它们在妊娠 20 周后出现，为安全起见，请马上联系您的保健专家。

如果您希望了解更多信息，请写信至：

Action on Pre-Eclampsia

105 High Street

Evesham, Worcestershire, WR11 4EB

电子邮件：info@apec.org.uk

慈善组织注册编号：1013557

© APEC 2004-07-12

www.apec.org.uk

Action on Pre-Eclampsia 是帮助和支持患有子痫前症的妇女的英国慈善组织。Action on Pre-Eclampsia 开设助产士和医生课程。Action on Pre-Eclampsia 可以帮您提供更多信息，或通过电话热线提供支持。

帮助热线电话号码：020 8427 4217