



產前衛教相關資訊

各位親愛的準媽媽：

恭喜您懷孕了，懷孕及生產是人生中也是家庭中的大事，為了您與胎兒的健康，產前檢查是十分重要的。以下是本院提供您在產檢時，準媽媽們常會詢問的相關問題：

1. **Q：我要產檢，掛號後就直接等看診嗎？**

A：看診當天需要先到掛號櫃檯報到→至婦產科報到處量體重、血壓及驗尿→至衛教室護理師做護理指導→完成後→再進入診間看診。若看診號碼已接近，量完體重、血壓及驗尿直接進入診間看診，結束後再做護理衛教指導。

2. **Q：產檢的例行檢查包含哪些？政府補助的產檢有幾次？**

A：體重、血壓、水腫、尿糖、尿蛋白、超音波、胎兒心跳、子宮大小、胎位。政府補助的產檢共 10 次。懷孕 28 週前：每 4 週一次；懷孕 28-35 週前：每 2 週一次；懷孕 35 週以後：每週一次。

3. **Q：除了健保的產檢項目，自費產檢項目有哪些可以提供？**

A：目前國內健保署於 10 次產前檢查中，提供兩次免費血液常規篩檢及一次超音波檢查。為確保胎兒及母親的健康及產檢服務，本院提供每次產檢均免費做超音波檢查，另設計「產檢檢查自費項目」一覽表(如下表)供孕媽咪



秉坤婦幼醫院

您參考，讓我們共同守護胎兒之健康，如需進一步瞭解請洽衛教室護理師。

週數	檢驗項目	檢查方式	備註
20 週前	脊髓性肌肉萎縮症檢測	抽血即可	終生驗一次
20 週前	X 染色體脆折症檢測	抽血即可	終生驗一次
12-13 週+2 週	早期唐氏症	抽血+超音波	採預約制
12-13 週+6 週	子癲前症風險評估檢測	抽血即可	
16-20 週	四指標唐氏症	抽血即可	
12 週以上	非侵入性染色體檢測	抽血即可	
16-18 週	羊膜穿刺		採預約制
16-18 週	羊水染色體基因晶片檢測		採預約制
21-26 週	高層次超音波		採預約制
24-28 週	75 公克葡萄糖檢測	抽血即可	需空腹
26-30 週	彩色立體超音波檢測		採預約制
35-37 週	乙型鏈球菌培養檢測		

4. Q：只有高齡孕婦才需要接受侵入性產前遺傳診斷(羊膜穿刺術)嗎？

A：並不是只有高齡孕婦才需要接受產前遺傳診斷。如果有下列情況，建議

您在準備懷孕及懷孕時，與婦產科醫師討論是否進行遺傳診斷：



秉坤婦幼醫院

1. 34 歲以上孕婦。
2. 曾生育過先天異常兒者。
3. 本人或配偶有遺傳性疾病者。
4. 家族有遺傳性疾病者。
5. 其他可能生育先天異常兒之高危險群者，如：經超音波或孕婦血清篩檢胎兒有異常可能者。

侵入性產前遺傳診斷(羊膜穿刺術)是為了減少新生兒先天異常的發生，但因新生兒先天異常的發生原因有很多種，包括染色體異常、單基因突變或環境因素等，為了媽媽與寶寶的健康，有上述情況的媽媽，請儘早進行相關的遺傳諮詢。

5. **Q: 我懷孕前身材就有點圓滾滾的，現在懷孕了，飲食及體重上要注意什麼?**

體重增加太多對生產有風險嗎?而且不想生完後瘦不回來!

A: 懷孕時的過重或是肥胖，會帶來許多懷孕的不良事件。最明顯的併發症，在於妊娠糖尿病、子癲前症、流產、畸胎等等機會都會比較高。而妊娠糖尿病，又會導致巨嬰、新生兒黃疸、發育受損、死產、早產、剖腹產風險增加等等不良狀況。子癲前症也會造成上述狀況的風險增加。整體而言，懷孕時



秉坤婦幼醫院

的過重或是肥胖，會在懷孕過程中對媽媽和胎兒帶來不良的併發症。

除了懷孕中的不良事件外，媽媽在懷孕中的肥胖，也會透過各種機轉去影響到小孩日後的變化。一些研究也發現，肥胖的孕婦，小孩在 2 歲時發生肥胖風險為 2.0 倍，3 歲時風險為 2.3 倍，4 歲時風險為 2.3 倍。肥胖的小孩，會讓小孩日後許多慢性病的風險增加，譬如糖尿病，高血壓，心血管疾病等等。

因此，懷孕時的過重或是肥胖，不僅僅是對懷孕當下孕婦以及胎兒的健康狀況造成影響，也對小孩的未來健康狀況造成影響。以下表格是整理自美國婦

產科學會對於不同體重的孕婦所做的體重增加建議，提供孕媽咪參考

懷孕前的身體質量指數(BMI)	懷孕中體重增加	懷孕第二、三孕期的每週體重增加
過輕 (<18.5)	12.5~18公斤	0.5-0.6公斤
正常體重 (18.5~24.9)	11.5~16公斤	0.4-0.5公斤
過重(25~29.9)	7~11.5公斤	0.2-0.3公斤
肥胖(≥30)	5~9.1公斤	0.2-0.3公斤
懷孕胎數	建議增加體重	12週每週增加體重
雙胞胎	總重15.9-20.4公斤	0.7公斤
三胞胎	總重22.7公斤	

資料來源：衛生福利部國民健康署孕婦衛教手冊(107年版) P.25

6. Q：我要怎麼樣知道寶寶的胎動？及要注意什麼？

A：初次懷孕的新手媽媽大約在 18-20 週以後會感覺到胎動，但是每個媽媽



秉坤婦幼醫院

的身體狀況與感受力不一樣，懷孕初期的胎動，有些媽媽覺得像是腸胃蠕動，有些媽媽覺得像是肚皮抽筋，也有些媽媽較晚才會感覺到胎動。胎動頻率在 34 週左右達到高峰。肚子裡寶寶的發育到 28 週後已經較為成熟，準媽媽會比較明顯感覺到寶寶在肚子裡拳打腳踢，胎動不只是寶寶生命力的表現，也可以藉由胎動的觀察來瞭解寶寶的發育與健康狀況。寶寶胎動的頻率隨著懷孕週數越來越頻繁，大約在 34 週左右達到高峰；36 週之後因為寶寶越來越大、子宮裡的空間越來越小，所以寶寶的胎動情況會減緩，準媽媽可以自我進行胎動的監測，利用早中晚三個時段，飯後進行一個小時的胎動觀察記錄，如果一小時內測到 3 次以上的胎動代表寶寶情況良好，胎動能達十次以上更佳。如果是多處同時間的胎動只能算一次，需等到完全靜止後再進行計數。如果一個小時內胎動的次數少於三次，媽媽也不要過度緊張，胎兒有約 2 小時的睡眠週期。胎兒睡覺時間並不固定，如果暫時量不到胎動，可以進食或攝取飲料後再測。一般而言，夜間 9 點至凌晨 1 點是胎動的高峰期。如果在 12 小時內都量不到胎動，或是當天胎動的情形，比平常大幅減少，建議媽媽可以到醫院由婦產科醫師診視，很多時候媽媽覺得胎動不正常，經醫師診斷後是正常，所以媽媽先不要緊張，醫師會以胎心監測器或者超音波的方式，確定寶寶的生命跡象。

7. Q：2D/3D/4D/高層次 超音波有什麼不一樣？

A：都是利用超音波的影像檢查。產檢超音波檢查通常就是指 2D 超音波檢



BIN KUN

秉坤婦幼醫院

查，為篩檢胎兒異常工具之一，政府免費提供一次懷孕 20 週左右的超音波檢查，檢查內容包括：孕婦的胎盤位置與羊水量、胎兒發育，以及是否有與重大畸形等。3D 超音波可呈現出嬰兒的五官與立體的樣貌；4D 超音波則是從靜態的影像變成動態的影片。3D 與 4D 超音波，不是醫學診斷上的依據，而是一種讓準爸媽提早與寶寶見面的立體動態影像工具。準媽媽若經產檢超音波檢查發現可能有異常時，可依據個人情況與醫生進一步討論，是否要再進一步進行高層次胎兒超音波檢查，並將由專業醫師根據臨床經驗與檢測技巧，對胎兒的頭頸部、胸部腹部器官、臍帶、四肢等項目進行更精密的細部構造檢查，檢查週數建議於 21~26 週進行。

8. Q：懷孕期間若有什麼樣的症狀，我需要立即到醫院！

A：陰道出血(不管量多少)、持續或劇烈的頭痛、持續或劇烈的腹痛、持續或嚴重得噁心、嘔吐、突然發冷發熱、視力模糊、臉部和手部浮腫、尿量明顯變少或小便時有疼痛或灼熱感、胎動停止或比平常活動量少一半、陰道有水樣分泌物不停流出(懷疑為破水)、持續的腰痠與腹部變硬。

9. Q：剖腹產與自然產，我應該選擇什麼樣的生產方式比較好？

A：一般說來常見的剖腹生產適應症，例如：胎位不正、前置胎盤、胎盤早期剝離、胎兒窘迫、巨嬰、子癇症、產程遲滯、胎頭骨盆不相稱、子宮畸形、前胎剖腹生產...等，除此之外在一般的情況下，站在醫師的立場，我們都鼓



秉坤婦幼醫院

勵健康的孕婦採行自然生產，對母體對新生兒都較好。目前台灣不管在母親或新生兒的死亡率或致病率上，都已和鄰近先進國家並駕齊驅。因為健保的關係，台灣的就醫普及性改善了生產的醫療品質，固定、規律且詳細的產檢不僅可以儘早發現懷孕時的高危險因子(如高血壓、糖尿病...等)，也能幫助醫師在和準媽媽的溝通上更為順暢，給予母親最好的生產方式建議。總而言之，生產方式的選擇是因人而異的，建議準媽媽在產檢過程中透過和醫師充分的溝通並瞭解生產的危險因子，在選擇適當的生產方式之後，必能快樂、順利又安全的迎接新生命的到來！

10. Q：如果選擇剖腹生產，在開刀房會用到葉克膜嗎？

A：不會，一般剖腹生產亦不需要！我們是婦幼醫院，以婦產科、小兒科為主。使用葉克膜設備需有一個「心臟外科醫療團隊」方得以進行，如果想進一步瞭解葉克膜設備，可連結台大醫院健康電子報網址，有關於葉克膜的報導 <https://epaper.ntuh.gov.tw/health/200805/teams.html>。



秉坤婦幼醫院

秉坤婦幼醫院轉院(診)流程

1. 本院屬婦幼專科醫院，若在同醫過程中，因本身病情問題需要跨科、跨院或進一步檢查治療，本院會予以說明後協助轉院治療。目前與本院簽有轉院合作院所有林口長庚醫院、台北馬偕紀念醫院、衛生福利部桃園醫院。
2. 救護車之聯絡為飛龍、陽明醫院、天成醫院、119。
3. 以下簡介本院轉院流程相關說明：

