



## 認識妊娠高血壓

115.01.09(1)

### 壹、什麼是妊娠高血壓？

妊娠 20 週以後出現，至少 2 次間隔 6 小時以上的血壓測量收縮壓高於 140 mmHg 或舒張壓高於 90mmHg，或收縮壓比未懷孕時高出 30mmHg，或是舒張壓高出檢查，尿蛋白都在 100mg/dl 以上。

### 貳、妊娠高血壓對母體的影響

妊娠高血壓對孕婦是全身性的影響，容易增加胎盤早期剝離、急性腎衰竭、腦血管及心臟血管病變，另外會有中樞神經系統的變化而產生頭痛及痙攣。持續性頭痛的部位通常是前額及枕骨處，其原因是腦血管痙攣而引起的。

嚴重會使眼內壓上升造成視網膜剝離，會因血壓下降而慢慢恢復，也會使孕婦凝血功能異常，而導致全身性瀰漫性凝血，因而增加孕婦死亡的機率。

### 參、妊娠高血壓對胎兒及新生兒的影響

對於胎兒會因為孕婦的動脈血管攣縮，胎兒在子宮內所獲得的營養不足，因而引起胎兒生長遲滯或因胎兒在子宮內生長狀況不佳，胎兒會出現窘迫的現象因而早產，而引發許多早產的合併症，包括：呼吸窘迫、感染、低血糖、紅血球過多症、血小板缺乏等，嚴重的話也會引起胎兒子宮內死亡，故早期的診斷、治療及嚴密的觀察是非常迫切需要的。

#### 肆、居家照護注意事項

- (一) 定期產檢：每次產檢都會測量血壓及檢驗尿液中蛋白尿，希望早期發現妊娠高血壓。對於輕微妊娠高血壓的孕婦可先在家中臥床休息，依醫囑使用降血壓藥物控制血壓，並定期回診追蹤。一旦血壓上升或子癇前症，則需要住院觀察接受治療。
- (二) 絕對臥床休息的重要性：鼓勵採取左側臥姿，如果必要的話也可以改變右側臥，左側臥可以使子宮和胎兒獲得較多的血液循環。
- (三) 鼓勵均衡營養的攝取，包括攝取高蛋白飲食，以補充流失的蛋白質，雖然不限制鹽分，但仍應避免高鹽分的攝取，每天約保持在 3gm 即可。水份約每天攝取 6~8 杯（ 1500~2000 c.c. ）的水。纖維質的攝取也要充足以促使正常的腸蠕動。
- (四) 藥物治療期間要密切觀察血壓的變化並記錄，以避免血壓過高發生心血管疾病，血壓過低而造成母親腦部缺血及降低胎盤的血液供應。

#### 伍、何時需就醫

子癇前症的危險徵兆包括：體重不正常的增加，四肢、臉、全身性水腫增加、感覺上腹痛或有噁心、嘔吐、偶發性或經常性嚴重頭痛及視覺改變如視力模糊等等。