

子癇前症護理指導

一、何謂子癇前症？

妊娠 20 週以後才出現的高血壓，且同時伴有蛋白尿或水腫的症狀。

二、子癇前症會有哪些徵象或症狀？

1. 血壓上升
2. 蛋白尿（2+以上或二十四小時累積超過 300mg/dL）
3. 臉、手或全身性水腫
4. 頭痛
5. 視力模糊
6. 小便量減少
7. 上腹部疼痛

三、哪些是子癇前症高危險群？

目前導致子癇前症的原因不明，研究認為是胎盤異常引起的疾病，可能與免疫有關，常發生在：

1. 前胎或家族史有子癇前症
2. 肥胖
3. 多胎妊娠
4. 本身有慢性高血壓、糖尿病、腎臟病或自體免疫疾病
5. 35 歲以上孕婦、低社經或未成年的孕婦

四、照護重點

◆孕期

- （一）孕期過程首先原則為控制血壓；需要時依醫師指示使用降高血壓的藥物。為預防子癇前症發生痙攣，必要時須由醫師依病情給予硫酸鎂等藥物。
- （二）孕婦平常可多採左側臥休息，左側臥可減輕子宮壓迫下腔靜脈，以增加全身及胎盤的血流灌注。
- （三）每日注意水腫程度，可抬高下肢促進血液回流，另需控制體重，建議每天測量體重，注意體重增加速度。

- (四) 採清淡飲食，以少油、少糖、少鹽為原則，避免食用醃製品、罐頭、泡麵等加工食品，多攝取高蛋白質飲食，以補充從尿液中排出的蛋白質。
- (五) 觀察子癇前症惡化的徵兆，如突然出現嚴重水腫、尿量減少、持續頭痛、噁心嘔吐、視力改變、上腹或右上腹疼痛等狀況，必須馬上到醫院檢查。
- (六) 定期產檢追蹤，以評估胎盤狀況及胎兒生長發育情形。
- (七) 平日需注意胎動情形，若胎動比平時減少一半或無明顯的胎動，應立即就醫。
- (八) 懷孕期間進行子癇前症高風險孕婦族群的篩檢，篩檢結果若為高風險群，與醫師討論後，最好在懷孕 16 週前每天服用低劑量的阿斯匹靈，可以減少併發子癇前症的狀況。

◆產後

- (一) 定時測量血壓，並依醫囑使用降血壓藥物。
- (二) 飲食方面應以高蛋白和低鹽清淡為宜。
- (三) 適度活動，並計劃減重。

參考資料：

1. 林淑玲、吳婉如 (2022)．高危險妊娠的護理．余玉眉總校閱，產科護理學 (11 版，558-568 頁)．新文京開發。
2. Roberts, J. M., King, T. L., Barton, J. R., Beck, S., Bernstein, I. M., Buck, T. E., Forgues-Lackie, M. A., Facco, F. L., Gernand, A. D., Graves, C. R., Jeyabalan, A., Hauspurg, A., Manuck, T. A., Myers, J. E., Powell, T. M., Sutton, E. F., Tinker, E., Tsigas, E. & Myatt, L. (2023). Care plan for individuals at risk for preeclampsia: shared approach to education, strategies for prevention, surveillance, and follow-up. American journal of obstetrics and gynecology, 229(3), 193-213. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2023.04.023>

諮詢電話 02-26723456 轉 6061

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院

