



为您提供的信息

先兆子痫

关于本信息

先兆子痫是一种怀孕期间会产生的并发症，典型症状为高血压和蛋白尿。此症会使您感到不适并影响胎儿成长和健康。

如果您曾被诊断患有先兆子痫或您需要对该疾病拥有更多了解，那么本信息就是为您准备的。如果您的伴侣、亲属或朋友患有这个疾病，您也可从本信息中获得帮助。

这里的信息旨在帮助您更好地了解您的健康以及您现在和将来的治疗和护理选择。您的医疗保健团队将协助您做出最适合的选择。他们可以通过与您讨论具体情况和解答您的问题来帮助您。

在此宣传单中，我们会使用“女性”和“妇女”这样的词汇，然而，我们知道，不仅仅是那些被认定为女性的人可能想通过这本传单来了解他们在生育方面的选择。无论您的性别身份如何，您的护理都应该是适当的、包容的和对您的需求敏感的。

英国皇家妇产科学院（RCOG）的网站提供一份相关的医学术语表：<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/a-z-of-medical-terms/>。

要点

- 在 100 位怀孕妇女中约有 1 至 5 位会出现先兆子痫的病症。
- 它通常在怀孕的后半期、分娩时或分娩后不久被诊断出来。
- 先兆子痫的病征包含高血压 (hypertension) 和蛋白尿 (proteinuria)。
- 尽管许多病例是轻微的，但先兆子痫有时会导致您和您的宝宝出现严重的并发症。
- 您可服用药物来减缓高血压，但症状直至产后才会开始好转。
- 如果您患有先兆子痫，将来会有更高的风险罹患高血压、中风和心脏病。



什么是先兆子痫?

先兆子痫是一个通常在怀孕满 20 周以后会出现的病症。先兆子痫确切的病因仍不明。以下是该病症的综合表现:

- 血压升高 (hypertension)
- 蛋白尿 (proteinuria)

有时先兆子痫会影响您的肝脏、肾脏和凝血功能，而尿液中没有蛋白质。

先兆子痫是常见疾病，在 100 位妇女中约有 1至5 位会在怀孕期间得到该病。它通常是轻微的，但在少数情况下，它可以发展成更严重的疾病。在 200 位妇女中约有一位会罹患严重的先兆子痫，且可能危及孕妇和胎儿的生命。

如何得知我是否罹患先兆子痫?

通常情况下，您不会有任何症状，先兆子痫可能是在您的常规产前检查中或在分娩时检查血压和尿液时第一次被诊断出来。

如果您真的出现了症状，它们通常发生在怀孕末期，但也可能在您分娩后才第一次出现。

先兆子痫的相关症状可能包含:

- 一般止痛药无法减缓的剧烈头痛
- 视力问题，比方视线模糊或眼前出现闪光
- 在肋骨下方感到剧烈疼痛
- 吃了抗酸剂还不消退的胃灼热感
- 脸部、双手或双脚快速肿胀
- 恶心和呕吐
- 感到非常不适。

如果您有任一上述症状，应立刻寻求医疗帮助。

先兆子痫对我来说意味着什么?

如果您患有严重的先兆子痫，肝肾和脑部等器官功能有时可能会受到影响并发展出凝血相关的问题。

如果您因为先兆子痫而有癫痫发作，那就叫做子痫发作或子痫。这种情况很罕见，在英国每4000名孕妇中只有一人受到影响。

先兆子痫对我的胎儿意味着什么?

先兆子痫影响着您的胎盘（胞衣）的运作。该病可能会影响胎儿的生长，意味着他们的体格会比正常情况下更小些。如果您的胎盘功能受到严重影响，胎儿可能会变得不健康，在某些情况下甚至会在您的子宫内死亡。

如果您有严重的先兆子痫，并对您或您的宝宝造成危险，您的宝宝可能需要早产（在37周前）。早产儿因承受着更高的并发症风险，因此他们在出生后可能需要被送至新生儿病房。

哪些人有患先兆子痫的风险，它可以被预防吗？

子痫前期可以发生在怀孕任何阶段，但如果您有以下情况，您的风险会更高：

- 在怀孕前就已有高血压
- 在之前怀孕的经历中有高血压
- 潜在的医疗问题，如肾脏疾病或影响您的免疫系统的疾病，如狼疮。
- 第 1 或第 2 型糖尿病患者。

如果您符合这些描述，您应根据建议自怀孕 12 周起每日服用阿司匹林（75-150 毫克）至怀孕 36 周以减少引发先兆子痫的机会。

如果有下列情况之一以上，您也可能有患先兆子痫的风险：

- 这是您第一次怀孕
- 您的年龄在40岁或以上
- 您最后一次怀孕距今 10 年以前
- 您体重过重 - 您的BMI（身体质量指数）为 35 或以上
- 您的母亲或姐妹在怀孕期间曾患有过先兆子痫
- 您腹中有一个以上的胎儿（双胞胎、三胞胎或更多）。

如果您有一个以上的风险因素，您应该从怀孕12周开始每天服用一次阿司匹林。

如何监测先兆子痫？

如果您被诊断患有先兆子痫，您将需要一份根据怀孕周数所设计的独立照护计划表，如：血压有多高以及是否有关于您和胎儿的健康之应注意的地方。

根据您的先兆子痫的严重程度，您将被安排入院接受监测和治疗，或者被安排在门诊监测，并定期（有时每天）进行随访。您的血压会被频繁地检测，如果太高的话，建议您服用抗高血压药物。您将定期进行血液检查，并至少每2周进行一次超声波扫描，以检查您的宝宝是否正常生长。

我的宝宝何时会出生？

我们将继续对您进行密切监测，以检查您是否能安全地继续妊娠。如果您已来到怀孕的 37 周或在 37 周后被诊断出先兆子痫，那么建议您把孩子生下来。如果您或胎儿的健康受到影响，您可能被建议在37周之前分娩。这将意味着您的宝宝是早产的，所以只有当您的医疗团队认为这比继续怀孕更安全时才会提出这个建议。我们将与您讨论对您和您的宝宝的风险和好处，以使您能够做出明智的选择。

您的分娩选择将取决于您的个人情况，但将包括引产或计划剖腹产。

如果我患有严重的先兆子痫该怎么做？

如果您患上了严重的先兆子痫，您将被送入医院，并由一个专业团队进行护理。您可能需要在高依赖性病房或重症监护室接受护理。治疗可能包括药物治疗（药片或通过点滴）以降低和控制您的血压。您也可能被给予一种叫做硫酸镁的药物，以减少您发生子痫的机会。如果您已经发作过子痫，这种药物也可以用来治疗子痫。

治疗先兆子痫的唯一方法即是把宝宝生下来。每一次怀孕都是独特的，出生的时间以及您的宝宝如何出生，都将取决于您自己的特殊情况。您的医疗团队将与您讨论您的选择。

分娩后会发生什么？

先兆子痫会在生产后消失，但是并发症仍可能在最初几天发生，您将继续受到密切监测。您可能需要在产后比正常情况下多住几天医院。离开医院后，您需要定期检查血压，而且您可能需要继续服用药物来控制您的血压，为期数周。

您的医疗保健团队将确保您所需要的任何药物在哺乳期内使用是安全的。如果您的宝宝需要住进新生儿病房，您仍可为他们挤奶。无论您选择如何哺育您的宝宝，您都会得到这方面的支持。

您应向医疗保健专业人士安排产后 6-8 周的复查。如果您在这个阶段仍在服用治疗血压的药物，或者尿液中仍有蛋白质，您可能会被转介至专科医生安排进一步检查。

我在生产之后会有什么感觉？

经历复杂的怀孕与生产过程可能让人感到忧虑，特别是如果您的宝宝需住进新生儿病房或您需留院观察更久的时间。如果您感到焦虑、情绪低落或觉得需要其他支持，您应和医疗保健专业人士谈谈。

我在未来的妊娠中会不会得先兆子痫？

先兆子痫可能在未来的怀孕中再次发生。该可能性取决于您的宝宝需多早出生

如果宝宝需要在怀孕28-34周之间出生，每三个妇女中就有一个会在未来的怀孕中患上先兆子痫。

如果宝宝需要在怀孕34-37周之前出生，每四名妇女中就有一名会在未来的怀孕中患上先兆子痫。

如果宝宝在37周后出生，每六名妇女中就有一名在未来的怀孕中患上先兆子痫。

您应该得到有关您在未来怀孕时患先兆子痫的个人机会以及您可能需要的任何额外护理的信息。如果您曾在怀孕期间有过先兆子痫，建议您自怀孕 12 周起开始服用阿司匹林药片（75-100 毫克）并在将来每次怀孕都这么做，以减低再次发作的风险。在未来的任何一次怀孕中，您应该尽快联系您的医疗团队，为您的怀孕制定护理计划。

罹患先兆子痫将如何影响我将来的健康？

如果您患有先兆子痫，将来会有更高的风险罹患高血压、中风和心脏病。

您可落实以下的事项来降低风险：

- 避免吸烟
- 保持健康的生活模式
- 保持健康的体重。

更多信息

英国国家卫生与服务优化研究院（NICE） - 孕期高血压：诊断和管理 概况 | [孕期高血压：诊断和管理 | 指南 | NICE](#)

NHS（英国国家医疗服务体系）信息：<https://www.nhs.uk/conditions/pre-eclampsia/symptoms>

对先兆子痫采取行动：www.apec.org.uk

汤米（Tommy's）：<https://www.tommys.org/pregnancy-information/pregnancy-complications/pre-eclampsia-information-and-support>

实用组织的完整清单（包含以上）可在 RCOG（英国皇家妇产科医师学院）网站上找到：<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/other-sources-of-help/>.

做出选择

做出选择

提出三个问题

如果需要选择治疗方案，你可能会想咨询很多问题，也可能想和家人或朋友谈一谈。将想要咨询的问题列成清单后，再进行讨论会有所帮助。



1. 我可以选择哪些治疗方案？
2. 怎样才能得到对我有利的帮助？
3. 对我来说，每个选择的利弊是什么？

*此项目由谢泼德HL等人提出。病患可提出三个问题，以优化医师给出的治疗建议——交叉试验。Patient Education and Counselling, 2011; 84:379-85

<https://aqua.nhs.uk/resources/shared-decision-making-case-studies/>

资源和致谢

该信息由英国皇家妇产科学院（Patient Information Committee）提供。根据英国国家健康与保健所关于孕期高血压的指南，于 2019 年六月发布。这份指南内含所有使用到的真实资料来源。