

結婚前或準備生育前驗身，可確保未來胎兒的健康。



婦科檢查

近年很多人傾向遲結婚、遲生仔，「高齡產婦」屢見不鮮，其實孕婦的年齡和身體狀況，會直接影響自己及胎兒的健康，故準備生育前最好先諮詢醫生意見，懷孕期間亦應勤作檢查，時刻留意胎兒狀況，確保事事順利，母子平安。

文：Yuk 攝：Pen 模特兒：Ariadne (Jade Image)
鳴謝：香港浸會醫院婦女健康中心駐院婦產科顧問醫生黃凝

產前Check清楚

黃凝醫生建議，婦女生育前應諮詢醫生意見，了解自己身體狀況。



母子皆平安

在結婚前或準備生育前，透過血液測試，化驗平均紅細胞體積 (MCV)，就可知道母親是否有可能患有隱性地中海貧血症，主要有甲 Alpha (α) 及乙 Beta (β) 兩型。如果醫生懷疑母親可能患有隱性地中海貧血，父母必須再透過進一步的血液化驗 (包括基因化驗)，若父母雙方都擁有同一型的地中海貧血基因，胎兒便有四分之一機會患上嚴重地中海貧血，胎兒的體內由於不能製造足夠的紅血蛋白，會導致胎兒無法生存，或日後需要長期依賴定期輸血來維持生命。

孕婦應戒煙酒

此外，有研究發現，缺乏葉酸婦女所產下的嬰兒，容易造成腦神經系統發育不良的疾病 (Neural Tube Defect)。因此，香港浸會醫院婦女健康中心駐院婦產科顧問醫生黃凝建議，計劃生育前，婦女應提高葉酸的攝取，孕婦應該每天攝取 400mcg 葉酸，而綠色蔬菜是葉酸的主要來源。

為了迎接新生命，婦女懷孕前需要了解自己的身體狀況，若本身患有高血壓、糖尿病等，是否適合懷孕呢？黃醫生表示，長期病患本身並不一定會對懷孕構成影響，但若病情不能受到控制，就有機會影響孕婦及胎兒的健康；而部分高血壓、糖尿病或膽固醇藥物亦可能會影響胎兒，孕婦需要停藥或轉用其他藥物代替，故上述患者及有心臟病或癲癇症等人士，懷孕前應諮詢醫生意見。

此外，吸煙和酗酒亦會為胎兒帶來不良後果，如畸形、發育不良、智力及學習能力下降，甚至流產或胎死腹中，故婦女懷孕前必須戒掉這些不良習慣。

35歲屬高齡

經常聽見「高齡產婦」這名詞，究竟何謂「高齡」？黃醫生指，若孕婦預產期時年屆三十五歲或以上，就屬於高齡產婦。根據統計數字顯示，高齡產婦的嬰兒，患上唐氏綜合症的機會較年輕孕婦為高，以三十五歲孕婦為例，其胎兒患上此症機會率為三百八十分之一，逐年遞增，到了四十歲，機會率就增加至一百一十分之一。

故孕婦在胎兒十一至十三周時，需要接受超聲波檢查以量度胎兒後頸皮厚度，以及唐氏綜合症風險的血液測試，有需要時，可能要抽取羊水或做絨毛穿刺檢查，作更準確的檢驗，以了解胎兒患上唐氏綜合症的風險。

定期產檢觀察

此外，由於孕婦容易出現妊娠毒血症 (即高血壓及蛋白尿) 或妊娠糖尿病等併發症，除了影響孕婦健康，亦有機會導致胎兒生長速度減慢，嚴重者甚至胎死腹中，故孕婦需要定期作產前檢查，留意母子身體狀況。

黃醫生指，胎兒在不同周數，需要接受不同類型的產檢，例如胎兒在六至十周時期，可以開始接受超聲波檢查及血液測試，前者目的是了解胎兒的生長、周數及數目，後者則包括全血計數、血型、德國麻疹抗體、乙型肝炎抗原、梅毒血清測試、愛滋病毒測試，此後產檢的頻密度視乎胎兒周數而定，由於預產期愈接近，孕婦出現併發症機會愈高，故三十六周後需要每星期檢查一次，每次產檢都會包括量度血壓及體重、檢驗尿糖及尿蛋白，以及測量胎兒成長及探測心跳聲等。

透過超聲波檢查，可以了解胎兒的成長情況。



血液測試可評估將來寶寶患上嚴重地中海貧血症的機會。



婦女在生育前應提高葉酸的攝取，而綠色蔬菜是主要的來源。

常用孕婦檢查時間表

首二十八周：每四星期一次
二十八周至三十六周：每兩星期一次
三十六周後：每星期一次

這部輕便的儀器可以探測胎兒心跳是否正常。



(黑白圖片)

超聲波檢查可讓準媽媽看到寶寶的「雛形」，現時還有不少人喜歡為胎兒照B超或B超照片。

