



懷孕初期 10大疑問

懷孕，對妳可能是全新課題，一堆平日不曉得的大肚術語，開始成為妳口中常用的詞彙。也許，此刻妳膽戰心驚，別怕，只要妳盡早了解初期常有的疑問，便可免去不必要的擔心。

1 如何計算預產期？

傳統預產期的計算方法，是將最後一次月經的第一天推後40周，因此預產期就是懷孕第40周。但是，排卵期是在最後經期後的兩個星期才出現。所以，行房及受孕的日子是在排卵期，即經期後約兩星期。換言之，當醫生告訴妳，現在是懷孕8周，如月經準確，妳應該是8周前來過月經，但是大約在6周前行房及排卵；如月經不準，醫生可以用超聲波計算預產期。

2 點知BB有冇心跳？

在6周前，要知道BB是否有心跳，需用陰道超聲波，因肚皮阻隔很多光線，解像度很低，所以不能用肚皮照聲波；但7周以後，則可透過照肚皮超聲波看到。而12周之後，待胎兒離開盆骨，升上肚皮位置，可用胎心機檢測，原理是測試胎兒的血流量，再演變一種音頻，便能成功測試。

3 點解會流啡？

懷孕初期，胚胎着床於子宮，若着床不好，有機會出現滲血情況；鮮血是紅色的，但在子宮待了一會才流出，便呈啡色，俗稱「流啡」。假若胎盤出現分離、子宮有瘰肉，也可能「流啡」。有時，流啡屬流產先兆，但仍有很多BB也可以順利出生。所以，最好先看醫生，觀察BB的狀況。

4 瘦過未懷孕前？

由於荷爾蒙轉變，令孕婦經常作嘔作悶，難以進食及喝水，自然體重下降。不過，孕婦不用緊張，胎兒體積細小，需要的營養素不多，反而水份一定要足夠。建議服用止嘔藥，始終沿用多年，對胎兒必定安全，所以寧願服用止嘔藥，飲下適量水份，總比缺水需入院吊鹽水為佳。

5 冇胃口怎麼辦？

初期出現的沒有胃口情況，多由妊娠嘔吐引致，因此，最好吃止嘔藥，飲用果汁、維他奶等，以補充身體的水份；同時，宜進食乾糧，如餅乾等，較飯及麵類容易入口。

6 為何情緒突然變得低落？

因荷爾蒙關係，易有作嘔作悶、憂慮懷孕所出現的轉變，又擔心BB健康，既想向公司申請產假，但又怕BB出事等事宜，深感壓力。所以，孕婦要盡量保持平和心境，需與丈夫分擔憂慮。



7 陰道分泌特別多？

不會，應與平日差不多，只是在接近足月，開始作動前，分泌物便顯著增加。如果在懷孕初期，分泌物增多，宜向醫生求助。

8 作小產是怎樣？

作小產時，易見紅、肚痛、排出肉塊或胎盤組織等。每10個孕婦中，有1-2個均出現小產，大部份也可能是染色體出錯，胚胎着床出現問題，或原因不明，而身體隨即啟動自我保護機制，以防誕下畸胎。隨着年紀越大，小產機會越高，因卵子質素大幅下降，增加染色體出錯機會。

9 嘔吐令胎兒不夠營養？

在12周前，胎兒體積尚小，唯一必需要攝取的營養素，便是葉酸，理應計劃懷孕前已服用。而孕婦奶粉，糖份偏高，不適合高齡、家族有糖尿病歷史的孕婦飲用；如孕婦真的有需要，可考慮飲用，有助補鈣。

10 為何會有胸脹？

由於女性荷爾蒙逐漸偏高，孕婦出現胸脹屢見不鮮，當懷孕周數越多，胸脹更明顯。因着身體要預備製造乳汁，會有奶水滲出，而乳房組織有機會在腋下增生，也可能出現脹大情況。

