

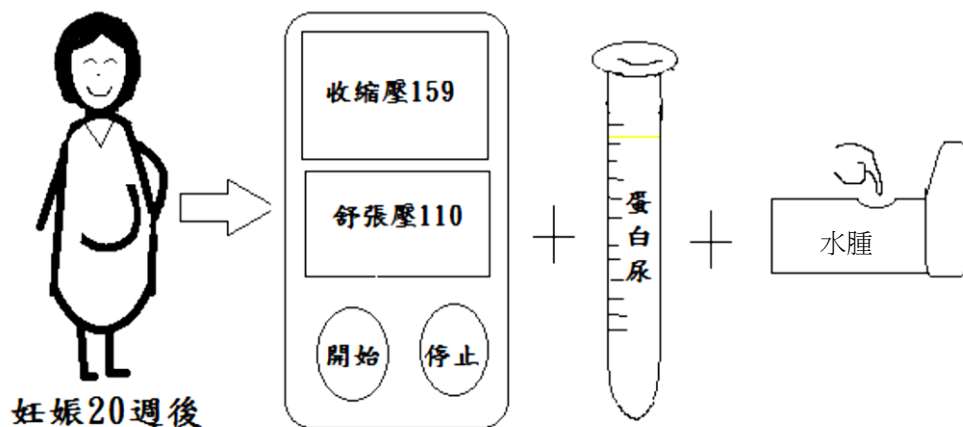
子癲前症照護須知

一、妊娠高血壓定義

妊娠 20 週後婦女，孕前無高血壓相關病史，無蛋白尿，收縮壓高於 140mmHg 或舒張壓高於 90mmHg，血壓確定至少 2 次且間隔 4 小時以上。

- 1.發生原因：目前無一種理論能解釋所有成因及症狀。
- 2.妊娠高血壓分類：妊娠高血壓、子癲前症、子癲症。

二、何謂子癲前症及症狀？



三、子癲前症的高危險群？

妊娠高血壓與胎盤功能不良有關，曾經發生子癲前症、母親或家族史曾發生子癲前症者，多胞胎、體重過重、本身有高血壓、糖尿病、腎臟病或自體免疫疾病、年紀低於 20 歲或 40 歲以上的高齡孕婦皆為高危險群。

四、照護重點

1.懷孕期：

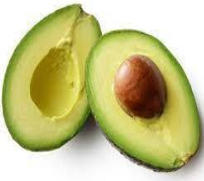
- (1)醫師會視病情給予控制血壓的藥物，對於嚴重需住院且合併子癲前症的孕婦，除給予藥物外，也須注意有無呼吸喘、排尿量少於 400cc 等徵象。
- (2)平常可多採左側臥休息，左側臥可以減輕子宮壓迫下腔靜脈增加全身及胎盤血流灌注，也可觀察胎動注意寶寶活動狀況。
- (3)每日注意水腫程度，抬高下肢促進回流，另需控制體重，建議每天量體重，注意體重變化（請參見 <https://health99.hpa.gov.tw/article/18450>）。
- (4)採清淡飲食，以少油、少糖、少鹽為原則，可攝取食物高熱量、高蛋白(如表一)；避免抽菸及喝酒。

子癲前症照護須知

(5)觀察子癲前症惡化的徵兆，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。

(6)應按約定時間規則產檢，有異常時就應就診，儘量保持情緒的穩定。

表一

高熱量		高蛋白		
				
牛油果	釋迦	雞蛋	豬肉	牛奶
				
香蕉	榴槤	魚肉	雞肉	

2.產後：

(1)定時測量血壓，並依醫囑使用降血壓藥物。

(2)飲食方面以攝取高纖維、低糖、低脂肪飲食，例如：莖根類蔬菜、菠菜、芹菜、香蕉、芭樂、奇異果、低脂優酪乳。

(3)勿採取激烈運動，如：



參考資料

林淑玲、吳婉如（2022）。高危險妊娠的護理。於余玉眉總校閱，*產科護理學*（十一版，558-568頁）。新文京開發。

衛生福利部 國民健康署 <https://health99.hpa.gov.tw/theme/content/310>

張靖梅（2022）。妊娠誘發性高血壓。於張靖梅、劉錦成、朱桂慧、巫曉玲、葉月珍總校閱，*高危險妊娠護理*（初版，108-119頁）。新文京。