

產前服務須知



媽媽，你需要理解懷孕過程的一些事吧！

親愛的媽媽，當你知道懷孕了，你感到興奮嗎？接下來的九個月，我會在你體內長大；在我來到這世界與你見面之前，我要和你一起度過這旅程。

產前檢查

在懷孕過程中，你的身體會產生很多變化，大多數的變化都有助我的成長；然而，有些改變並非預料之內，可能會影響你和我的健康。因此，接受產前護理是十分重要，可幫助你及早發現一些異常情況。專業的醫護人員會給我們提供健康資訊，定期監測我的成長和發展，並安排一些檢驗以找出潛在的健康風險。若這旅程中缺乏完善的產前護理，對媽媽和我都會造成深遠的影響。

為確保我們的健康，你可到醫院管理局轄下的產科部門、母嬰健康院或私營醫療機構接受以下產前護理及支援服務。

健康飲食

醫護人員會建議你均衡飲食，定時做適量的體能活動，維持體重適度增長，才可以讓我在最佳的營養環境下發育和成長。當我出生後，你要餵哺我吃母乳，給我最優質的營養和保護，以免我感染疾病。母乳餵哺會為你和我的健康帶來長遠的好處。

監察胎兒生長和發展

在產前檢查期間，醫護人員會監察我在你體內的生長和發展。我的生長狀況是一個反映我健康的良好指標。醫護人員還會為你進行超聲波掃描，來判斷我的大小和在你子宮內的情況，以確保我正按預期成長。

篩查

產前護理也包括篩查一些懷孕期潛在的健康問題，如是否高血壓、糖尿病和乙型鏈球菌感染，這些問題會令你的懷孕狀況變得複雜，從而增加早產、妊娠毒血症的風險，並危及我的生命。還有，產前診斷可以預早篩查出我是否有遺傳性疾病，例如唐氏綜合症。

免疫接種

懷孕期間媽媽接種百日咳、季節性流感疫苗和新冠疫苗是安全而且重要，對我和你的健康都有好處。接種疫苗後，你體內產生的抗體會透過胎盤傳送給我，使我獲得保護。

產前血液檢驗

產前血液檢驗是非常重要的。有些情況可從這些檢驗診斷出來，檢驗包括血型測試、恒河猴（Rh）因子、血色素及平均紅血球容積、德國麻疹抗體、乙型肝炎抗原、梅毒測試及愛滋病病毒（HIV）抗體測試。

健康及育兒資訊

醫護人員會在懷孕期間提供很多健康資訊給你，包括教你如何正確照顧初生嬰兒、母乳餵哺的好處和重要性等。

輔導與轉介

因應個別準媽媽的需要，醫護人員會提供適切的支援服務，包括情緒評估、心理輔導、翻譯服務、個案跟進及轉介等。

緊記，沒有事宜可取代優質的產前護理啊！