

如何處理流產

孕婦若感到肚痛，或有陰道出血，應及早向家庭醫生、婦產科醫生或各醫院的急症室求診，以免延誤。

超聲波掃描是對身體無害的檢查方法，可用來評估胎兒的狀況。若胎兒心跳停頓，或胎兒已停止生長，則可斷定為自然流產。因此，醫生有時可能需要進行多次掃描去觀察胎兒生長的狀況，才可斷症。

若未肯定是否流產，應怎辦？

X 藥物療法

所有藥物包括荷爾蒙至今仍未有確實證據顯示有效。

X 卧牀休息

卧牀休息並不能預防自然流產，但若孕婦有大量出血則適宜卧牀休息。

若被確定流產，應怎辦？

✓ 入院

醫生若確定為流產，通常會建議施行子宮刮術，把不能存活的胎兒清除，從而止血和預防感染。

什麼是子宮刮刮術？

- 子宮刮刮術俗稱刮宮。
- 是用狹長的吸管放進子宮內把已壞死的懷孕組織吸出。
- 手術過程可在局部麻醉或全身麻醉的狀態下進行。
- 手術後可能會感到不同程度的痛楚，服用止痛藥可紓緩不適。

流產後身體的康復情況又如何？

- 在流產或子宮刮刮術完成後的**首數天**，陰道有些出血是正常的。
- 流產婦女若感到體力已經恢復 — 一般約在流產後一兩個星期，便可進行一般的日常活動和運動。
- 待陰道完全停止出血後，便可再度進行性行為。

手術後要注意甚麼？

接受自然流產手術後，若陰道有大量出血、出血的情況持續超過兩星期、發燒或肚痛等情況，便應立刻求診。

（以上單張由衛生署及醫院管理局合編）

流產後心理的復原情況

- 不同的人在面對流產時往往會有不同的感受，並沒有所謂「正常」的反應。不少婦女在自然流產後情緒都會受到困擾，例如感到恐懼、憂傷、抑鬱、焦慮，有挫敗感和失去自信，伴侶也可能會感到哀傷、無助和徬徨。
- 想了解為何會流產是很常見的反應，然而流產往往沒有明確原因，最重要的是明白流產不能歸咎於任何人，包括流產者本人在內。
- 流產者可向信任的人，例如伴侶、親人、好友及醫護人員抒發心中的感受，也可用自己覺得合宜的方式記念失去的胎兒，接受自己需要些時間去過渡哀痛，待生活慢慢重回正軌。

計劃下一次懷孕

流產後最好待兩三個月後才再次嘗試懷孕。婦女可藉這段時間調理身心，待回復最佳狀態，才準備再度懷孕。

社區支援（排名不分先後）

如發現孕婦或家人的情緒受到明顯困擾而需要專業介入，可以聯絡以下社區資源尋求協助：

- 醫管局轄下婦產科部門的哀傷輔導小組
- 社會福利署熱線：2343 2255
- 綜合家庭服務中心 / 綜合服務中心
https://www.swd.gov.hk/tc/pubsvc/family/cat_family/ifs/
- 聖公會聖匠堂安寧服務部「永續愛-wings of love」
失胎家庭支援服務：2362 0268
- 善寧會：2331 7000 / 2725 7693
<https://www.hospicecare.org.hk/service-detail.php?id=26&lang=tc>
- 贖明會：2361 6606
<https://www.cccg.org.hk/service/details/1/>
- 賽馬會「小足·福」失胎支援計劃：
 - 香港基督教女青年會家庭健康促進中心：3443 1601
 - 香港明愛恩遇-明愛失胎支援中心：2154 1313