

# 妊娠毒血症

妊娠毒血症是一種不常見但嚴重的妊娠併發症，病發於懷孕中、後期，或剛生產後。

若孕婦有以下高危因素，她們患上妊娠毒血症的機會較高。

- 本身有糖尿病、血壓高或紅斑狼瘡的病歷
- 過往懷孕期間曾患有妊娠毒血症
- 近親有妊娠毒血症的懷孕病史
- 高齡
- 是次懷孕與上一胎相隔十年
- 懷有雙胞胎或多胎
- 肥胖



除嚴重**水腫**外，孕婦**血壓會上升**(如血壓高於140/90mmHg)和出現**蛋白尿**的情況，其他病徵包括:

- 嚴重頭痛
- 視力模糊或出現閃光
- 上腹疼痛、嘔吐等

孕婦如出現以上症狀，必須緊急就醫，接受監察和治療。因此症可引發子癇(痙攣)、或導致肝、腎、肺衰竭、凝血問題，對孕婦及胎兒的健康和性命構成威脅。

## 預防

- 攝取充足的鈣質和適當的體能運動，有助預防妊娠血壓高。

(有關鈣質和體能活動的資料，請參閱第169頁及第184頁)

- 但是，如有任何妊娠毒血症的症狀，你應臥牀休息不宜活動！

