

一、什麼是子癩前症

1. 當孕婦懷孕 20 週以後有妊娠高血壓(血壓 $>140/90\text{mmHg}$)現象外合併有全身性的水腫或是蛋白尿(兩種症狀中任何一種)時即稱為子癩前症。
2. 危險因子：常見初產婦，家族史，曾發生過妊娠高血壓，年齡大於 35 歲的產婦，多胞胎，已有高血壓、糖尿病或腎臟疾病，胎兒水腫等。

二. 症狀：

1. 水腫（手指、下肢、眼瞼）
2. 噁心、嘔吐。
3. 頭痛、上腹痛。
4. 嚴重時可能會出現頭痛視力模糊等現象，需立即就醫。



三、護理指導：

(一) 妊娠中護理

1. 一般會先控制飲食物，勿吃太鹹或含鈉高的食物，例如：醃製品、罐頭加工食品等，維持高蛋白的飲食是重要每天約（80-90 公克）的蛋白質攝取。

2. 自行監測血壓，可每日早晚各量一次並做紀錄。
3. 臥床休息：舒適為主（左側臥，可減輕子宮壓迫下腔靜脈，因而使靜脈回流增加）。
4. 觀察水腫：正常在懷孕末期會有足部水腫，但妊娠高血壓的水腫通常會出現在第二妊娠期（懷孕 4-6 個月），且會進展到眼瞼（依個別性而會有所不同）。
5. 定期產檢，依醫囑按時服用藥物。
6. 注意胎動，有異常時就應提早就醫。

(二) 產後護理

1. 攝取均衡飲食，維持高蛋白、低膽固醇、低熱量、低鈉鹽的食物，如牛奶、雞蛋、乳酪、肉類、魚類、

豆類，而油炸、肉汁、奶油應盡量避免。

2. 觀察血壓 24-48 小時，每一~二週做一次產檢，密切注意血壓、水腫變化，如有惡化須立即就醫診治，重症患者須住院治療控制血壓。
3. 產後 10-14 天其症狀均會逐漸消失。



(圖片摘自網路)

如對術後護理指導有問題請洽詢
中山醫療社團法人中山醫院
地址:臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號
電話: (02)2708-1166

95.06 制、112.05 修



中山醫療社團法人
中山醫院
Chung Shan Hospital

子癩前症護理指導

現代醫療，傳統照顧