

怀孕时需要报告的警告体征

(Warning Signs to Report when You're Pregnant)

警告体征可能意味着出现了问题。如果您出现以下任何症状，请**立即**致电您的医生、助产士或 Health Link，或立即寻求医疗护理：

- 您的胎儿胎动停止或胎动次数减少
- 您的孕期不足 37 周，且反复出现胃疼或背部疼
- 您的羊水袋破裂，阴道内有液体突然涌出或渗漏
- 您的体温达到 38°C，无论是何原因
- 您受伤了（例如，您摔倒了）
- 您排尿时有灼烧感
- 您的阴道有难闻气味
- 您经常呕吐
- 您感到头晕或出现晕厥
- 您突然发现脸、手和/或脚肿胀或浮肿
- 您出现剧烈头痛，且疼痛一直没消失
- 在不足一周的时间里，您的体重突然增加了很多
- 您的视力模糊，或眼前有斑点
- 您对怀孕有不良情绪，并且没有消失
- 您感到担心或焦虑

如果您出现以下任何症状，请**立即**拨打 911：

- 您出现严重的阴道出血（鲜红色）
- 您的腹部突然剧烈疼痛，并且没有消失
- 您看到或感觉到脐带位于阴道内

您最了解自己的身体和胎儿的情况。可致电 Health Link 获得全天候健康咨询。



Health Link
Health Advice 24/7



早产

(Preterm Labour)

什么是早产？

(What is it?)

早产指在 37 周之前分娩，这意味着您的孩子可能出生太早。早产儿或很小的婴儿可能会出现呼吸困难和难以喂养。他们经常需要在医院待更长的时间。早产儿可能需要在新生儿重症监护病房 (NICU) 进行特殊护理。

早产的体征有哪些？

(What are the signs of preterm labour?)

您可能会有不适感。

您可能有以下一种或多种体征：

- 出现像经期一样的腹部绞痛，或胀气疼痛
- 宫缩（不一定疼痛）
- 阴道内有液体渗漏或涌出
- 阴道出血
- 阴道分泌物有变化或增多
- 下背部可能反复出现钝痛
- 感受到胎儿用力向下挤压骨盆（压力可能反复出现）

我如何降低自己的风险？

(How do I reduce my risk?)

早产可能发生于妊娠期的任何时间。许多没有已知风险的孕妇也有可能早产。您可以做一些事情来降低风险：

- 停止吸烟和/或远离二手烟
- 不要使用酒精、大麻和毒品
- 尽量避免受伤（例如，始终系上安全带）
- 如果发生家庭暴力，寻求帮助
- 使用应对策略来减轻压力
- 在怀孕早期进行产前护理，包括牙科护理

我应该做些什么？

(What should I do?)

如果您有任何早产的症状，请立即致电医生、助产士或 Health Link，或让其他人带您去医院。这事关婴儿的健康。

