



衛教編號：OBS-025

2001.11.01 訂定
2023.05.31 (14修)
2018.06.20 (5 審)

產兆-我該什麼時候到醫院呢？



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經婦產科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

生產徵兆，何時該到產房待產？

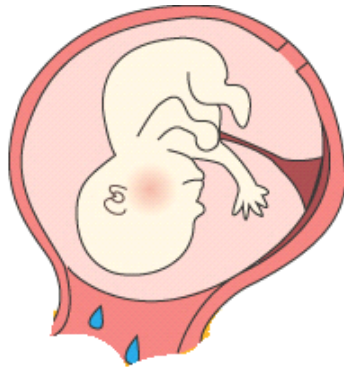
接近生產期之前可能會出現腹輕感、規則陣痛、破水、現血（落紅）等徵兆，若有以下任一產兆，請儘速到本院第二醫療大樓3樓待產室檢查與待產：

① 破水

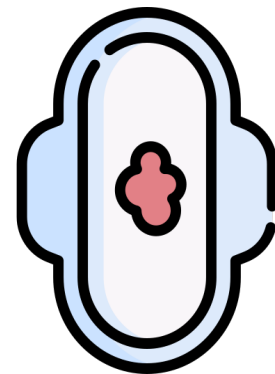
- ② 規則陣痛(或合併有落紅)：第一胎 3-5 分鐘陣痛一次，第二胎 5-10 分鐘陣痛一次，第三胎(含)以上或曾急產者 10 分鐘陣痛一次或有腰痠、肛門有便意感。



規則陣痛



破水



落紅

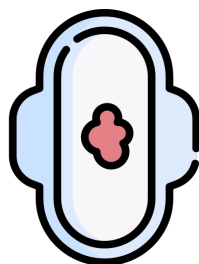
陣痛

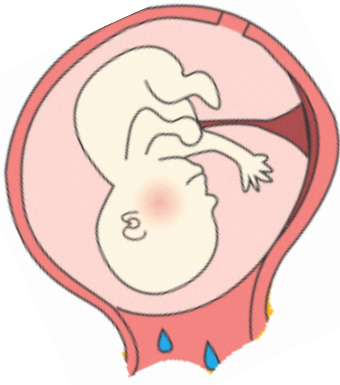
在真正進入產程之前，假陣痛可能會持續數天至數週，通常假陣痛不太規律、強度也不如真陣痛，當您休息或從事其他活動（如：喝水、進食）宮縮得以緩解或消失，就不是真陣痛；當出現真陣痛代表產程的開始，以下是真陣痛與假陣痛的區別：

	真陣痛	假陣痛
疼痛部位	腹部感到緊繃和硬、 背部或尾骶骨疼痛	只侷限在腹部或鼠蹊
宮縮頻率	規律、逐漸頻繁	可能規律或不規律，但不會更頻繁
隨活動變化	休息或活動都不會 緩解或消失	走路或休息可能會 停止或改善
強度	隨時間變得 更強烈	強度較弱、可能開始變強烈，然後又減弱
子宮頸變化	逐漸擴張至全開	無擴張

現血（落紅）

當子宮頸開始變薄擴張時，自陰道排出子宮頸的黏液混和少許血液，呈透明、粉紅或暗紅色血絲狀、些許黏稠黏液的分泌物。





破水

當包圍胎兒的羊膜破裂後，羊水會由陰道不自主地流出，可能帶有腥味，可先使用衛生棉墊，但隨時會浸濕，建議減少走動且**儘快至待產室待產!!!**

	破水	漏尿
顏色	微濁或清澈、色淡黃	清澈、色黃
氣味	無味或略有腥味	尿騷味
控制感	不可控制	尿意感

腹輕感

預產期前幾週，胎頭會下降到骨盆腔，此時呼吸感到順暢、通常食慾較好。

危險徵兆



若您感覺胎動減少（12小時少於4次）



陰道大量鮮血流出（1小時內浸濕一塊日用衛生棉）



持續的腹部劇痛（與宮縮不同）



請立即至本院第二醫療大樓3樓待產室檢查。

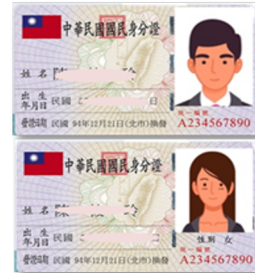
用物準備必備證件



產婦健保卡



孕婦健康手冊

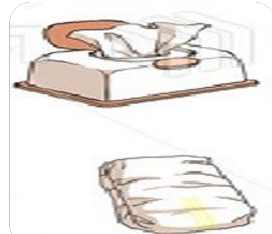


夫妻雙方身分證

必備衣物



產婦衣物



新生兒尿布/濕紙巾



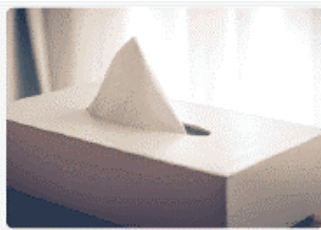
新生兒衣物

※若是多胞胎，請各準備一份

必備衛生用品



盥洗用物



衛生紙



衛生棉或產褥墊



免洗內褲



看護墊



溢乳墊

總結

產兆是產程接近或開始的表現，且為到院待產與否的重要徵兆，如您對生產徵兆或危險徵兆有任何疑慮，請與我們聯繫04-23592525轉8136、8137。

參考資料

- 周雨樺等編著（2018）·分娩的預兆·余玉眉校訂，
產科護理學（九版，227-230頁）·新文京。
- American College of Obstetricians and Gynecologists.
(2021). *How to Tell When Labor Begins*.
<https://www.acog.org/womens-health/faqs/how-to-tell-when-labor-begins>
- Satin, A. J. (2021). Labor: Diagnosis and management of the latent phase. *UpToDate*. Retrieved December 21, 2021, from
https://www.uptodate.com/contents/labor-diagnosis-and-management-of-the-latent-phase?search=braxton%20hicks%20contractions&source=search_result&selectedTitle=1~13&usage_type=default&display_rank=1

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.在真正進入產程之前，假陣痛可能會持續數天至數週，通常不太規律、強度也不如真陣痛。

是 否 不知道

2.接近生產期之前可能會出現腹輕感、規則陣痛、破水、現血（落紅）等徵兆。

是 否 不知道

3.真陣痛會緩解或消失。

是 否 不知道

4.落紅是指子宮頸變薄擴張時，自陰道排出的子宮頸黏液及少許血液。

是 否 不知道

5.發生破水後應儘快至待產室待產。

是 否 不知道