文章

預防早期破水、早期破水症狀與照護這樣做

九月 6, 2022

2 MINS

對每個媽媽來說，寶寶的健康絕對是最重要的。希望寶寶能夠在肚子裡，吸收充足的營養，再平安出生，這樣才能確保寶寶發展都是成熟完整的。但總是會意外發生，羊水提早破裂流出，導致羊水不足而影響胎兒發育，嚴重時可能需要提早將胎兒產出。

Author(s): 審稿人 – 李俊逸醫師

孕婦若感覺到有破水的症狀，或有其他身體不適，都必須盡快就醫。不僅是為了寶寶的安全著想，同時也能保全孕婦的身體健康。

對每個媽媽來說，寶寶的健康絕對是最重要的。希望寶寶能夠在肚子裡，吸收充足的營養，再平安出生，這樣才能確保寶寶發展都是成熟完整的。但總是會意外發生，羊水提早破裂流出，導致羊水不足而影響胎兒發育，嚴重時可能需要提早將胎兒產出。

孕婦若感覺到有破水的症狀，或有其他身體不適，都必須盡快就醫。不僅是為了寶寶的安全著想，同時也能保全孕婦的身體健康。

早期破水是什麼？哪些原因造成早期破水？

羊水在媽媽肚子裡，就像是安全氣囊一樣保護寶寶，減少震盪和衝擊。不過羊水除了緩衝的功能外，羊水成分還有一些成分，可以刺激寶寶肺部成熟，羊水過少會使胎兒肺部處於壓迫狀態，造成呼吸窘迫症。

早期破水是指孕婦在臨產前胎膜破裂，導致羊水流出。早期破水的發生率約為3%，三分之一的早產兒是因為早期破水造成的。如果早期破水前不足37週，又稱「早產早期破水」，其發生率約占所有早產兒的1/3。

一般來說，**感染是造成早期破水的主要因素。**細菌會造成陰道感染發炎，分泌物變多，或是造成羊膜組織破壞，形成早期破水。

還有其他常見原因，像是羊水過多、多胎妊娠、羊膜腔穿刺、子宮閉鎖不全、子宮收縮導致羊膜破裂或先天性結締組織異常等等。

延伸閱讀：認識懷孕初期身體變化徵兆與症狀

早期破水症狀有這些，不可輕忽早期破水嚴重性

早期破水對母體跟胎兒都有影響，所以當有早期破水的狀況發生時，千萬不可大意。**如果足月的媽媽發生早期破水，有一半的孕婦會在破水後5小時內生產，95%的孕婦會在破水後28小時內生產。**可能產生的併發症有：

延伸閱讀：早產兒大小事全都知！早產兒照顧方式、後遺症一次懂 ｜ 惠氏illuma啟賦3

- **子宮內感染**
  早期破水最常見的並發症是子宮感染，這通常與破水時間有關。
  在早產媽媽中，如果早產早期破水，那麼無論後續治療如何，都會有一半以上的孕婦在一周內分娩。早產早期破水的孕婦中約有15-25%有明顯的子宮內感染，其中15-20%有產後子宮感染。週數越少，子宮感染率越高。
- **胎盤早期剝離**
  早產早期破水的孕婦發生胎盤早期剝離的可能性有 2-5%。
- **早產**
  對寶寶而言，過早破水最嚴重的影響是與早產相關的併發症。例如呼吸窘迫是早產最常見的併發症。早產的其他並發症包括敗血症、腦室內出血和壞死性腸炎。不過隨著寶寶年齡的增長，這些併發症的機率會降低。如果孕婦在子宮內有感染，會增加嬰兒神經發育異常的風險，而且胎兒越小，新生兒大腦白質受損的風險越高。
- **臍帶脫垂**
  在破水後，寶寶會有臍帶脫垂的風險，臍帶脫垂會導致胎兒缺氧、窒息。早產早期破水若發生臍帶脫垂及感染，會造成1~2% 的胎兒死亡，雖然發生率不高，但仍不能輕視。



▲早期破水所造成的問題，可能影響母體及胎兒，不可輕忽。

早期破水的高危險因子

以下為可能造成早期破水的危險因素，若有符合以下幾點的孕婦則需要多加注意。

- 過去曾有過早產早期破水
- 子宮頸長度較短
- 第二或第三孕期出血
- 體重較輕的產婦
- 抽菸或使用非法藥物
- 性傳染病
- 之前做過子宮頸錐狀切片
- 羊水過多、多胎妊娠
- 羊膜穿刺

預防早期破水：降低早期破水風險該注意的3件事

為了減少早期破水的機會和風險，孕晚期的媽媽在生活習慣上可多留意以下幾點：

- 避免性生活
- 洗澡不要使用浴缸洗澡
- 多臥床休息

如果是多胞胎或羊水過多的孕婦，更建議延長臥床休息時間，避免增加腹壓，並定期回醫院檢查，減少早期破水的機會。

此外，如果以前的懷孕有早產史或足月前早期破水，應特別注意；而有子宮頸機能不全病史的孕婦應在懷孕 18 週以前接受手術。同時，媽媽也應隨時確認自身身體狀況：若出現異常情況，包括發燒、白帶顏色異常、惡臭、出血或早產（如子宮收縮），應盡快就醫。

早期破水處置，取決於胎兒週數以及發育狀況

早期破水該怎麼做處理，取決於胎兒的週數、是否感染、是否有胎盤早期剝離或胎兒狀態不穩定。若有上述情況時，不論懷孕的週數都應該儘快生下寶寶。不過**基本上就是以懷孕37週作為判斷基準，其他像是胎兒目前發育狀況以及母體的健康程度，也可以當作醫生判斷該如何處置的依據，像是母體是否感染程度嚴重、有其他併發症以及子宮收縮的情形。**

懷孕37週以上破水處置：
基本上超過37週就會建議孕婦生產，催生可減少子宮內感染機會。
如果早期破水沒有生產徵兆，醫生會在早期破水後給予安胎催產藥物以利分娩。但是在懷孕36週左右，經過醫生的評估，如果媽媽的情況好，胎兒體重足夠，基本不會給胎兒安胎，胎兒就會出生。

懷孕未滿37週破水處置：
胎兒未足月時，原則上醫生會進行安胎處置，但還是取決於胎兒的發育程度。如果胎兒體重足夠，或者一旦孕媽開始出現發燒和發炎現象，是會考慮直接分娩的。一旦破水，羊水對胎兒的保護就消失了，寶寶會直接與外界相連，所以破水時間越長，胎兒受到感染的機會就越大。感染還可能導致母體羊膜絨毛膜炎。如果遇到羊膜絨毛膜炎，胎兒必須盡快分娩。

延伸閱讀：懷孕分泌物變多？初期分泌血絲，這樣判斷與保養



▲若有早期破水狀況，定期產檢及尋求專業醫師協助，對孕婦來說才是最好。

早期破水常見Q&A

Q1常聽見的高低位破水是什麼意思？
A1是指在不同位置的破水，低位破水，顧名思義就是位置較低的破水，靠近會陰處，所以容易較容易被察覺。而高位破水是指靠近子宮上面的破水，因為羊水流出來量不多，所以常被誤認是分泌物或是滲尿，比較常被輕忽，雖然發生機率較低，但也有可能對母體和胎兒造成影響。

Q2早期破水和漏尿該怎麼判斷？
A2 破水的臨床症狀是走路時流出的非粘液狀水樣液體，但並非每個孕婦都會立即出現

腹痛或宮縮。建議孕婦如果外陰部潮濕，味道與平時尿味不同，分泌物不稠，建議到醫療機構接受專業醫生診斷。除了使用羊水試紙檢驗外，還會用超聲波檢查羊水量是否足夠。

Q3早期破水能做什麼不能做什麼？

A3為了減少早期破水的機會，孕媽媽要特別注意，需要避免性生活、淋浴，不要用浴缸洗澡。也建議延長臥床休息時間，避免增加腹壓，並定期回醫院產檢，減少早期破水的機會。

此外，應特別注意有早產史或足月前早期脫水史的既往妊娠。有宮頸機能不全病史的女性應在18週前進行手術。如果孕婦出現異常情況，包括發燒、異常顏色的陰道分泌物、惡臭、出血或宮縮，應盡快就醫。

Q4早期破水安胎期間會有什麼治療？

早期破水安胎方式主要是「使用安胎藥」和「臥躺」，院方會以口服或注射的方式來提供安胎藥，雖安胎藥能抑制子宮收縮，但可能伴隨心悸、呼吸不順等副作用。同時，在安胎期間會定時做超音波檢查，用以掌握胎兒及羊水的情況。還需要做血液及尿液檢查，來判斷孕婦早期破水是否安胎成功以及是否可以繼續安胎。

重點摘要：

- 「早期破水」是指孕婦在臨產前胎膜破裂，導致羊水流出。
- 早期破水症狀：子宮內感染、胎盤早期剝離、早產、臍帶脫垂。
- 可能造成早期破水的危險因素：過去曾有過早產早期破水、子宮頸長度較短、第二或第三孕期出血、抽菸或使用非法藥物、羊水過多、多胎妊娠、羊膜穿刺。
- 早期破水處理方式，取決於胎兒的週數、是否感染、是否有胎盤早期剝離或胎兒狀態不穩定。



參考資料:

1. 早期破水－馬偕紀念醫院（link)
2. 早期破水之照護－台北榮總護理部（link)

立即分享