孕早期文章
文章

懷孕分泌物變多？初期分泌血絲，這樣判斷與保養

5 月 18, 2020

懷孕期間分泌物變多是很正常的，但正常的分泌物應該是要透明或是半透明的微白色，所以當妳發現懷孕期間分泌物顏色呈現黃綠色等其他顏色及質地、大量出血、有血塊或出現絞痛和腹痛的時候，請立刻就醫。

Author(s): 審稿人 – 周佳謙醫師

正常的陰道分泌物(白帶)表示陰道擁有正常平衡的菌落，可以預防陰道細菌感染，並預防細菌上行感染胎盤或胎兒。到懷孕後期，懷孕分泌物會變得更多。
許多女生都深受分泌物所擾，而剛懷孕的妳，也可能會驚訝：「怎麼懷孕分泌物變多了？」別擔心，懷孕初期分泌物變多是很正常的。而正常的分泌物應該要呈透明或是半透明的微白色，當妳發現懷孕分泌物呈現黃綠色或其他顏色，或是有出血、腹痛的症狀，就要當心，請盡早就醫檢查，以免影響寶寶發展。以下就帶準媽媽們一起來了解懷孕期間分泌物的變化，有哪些是正常，哪些是需要立刻就醫治療的。

懷孕期間分泌物的變化

因為體內雌激素上升和陰道血液循環增加等原因，懷孕期間陰道會出現較多的分泌物是正常的。一般來說，正常的分泌物應該是要稀薄、微白色的乳狀質地，不太有明顯的味道，俗稱「白帶」。在懷孕期間有適量的白帶，可以幫助預防細菌從陰道感染並傳到子宮影響胎兒。而到懷孕後期，妳會發現分泌物變得更多。在接近臨盆時，陰道分泌物會變得更黏稠並帶有粉紅色的血絲，這就是俗稱的「落紅」，表示子宮頸正準備擴張而微量出血，屬於正常現象。

看顏色了解分泌物異常徵兆

如果妳的白帶呈其他顏色或質地，或有明顯的味道，或伴隨紅腫或搔癢的感覺，那可能就是細菌或念珠菌感染。懷孕期間，最常見的陰道感染類型之一便是念珠菌感染(Candidiasis)或又稱酵母菌感染(Yeast infection)但造成分泌物異常的原因，除了念珠菌感染之外，也可能是因為其他細菌或性傳染病(STD)的關係。 異常的白帶有各種不同的狀態，也個別代表不同的問題，以下介紹6種在懷孕

時可能出現的異常分泌物的顏色、型態，及所代表的事項：

- **透明或乳白色：**
  雖然說透明和乳白色的白帶是健康且正常的，但是如果出現過多的白帶也需要格外注意。例如若懷孕還未滿足月，就持續出現許多透明的分泌物，或是濃稠像果凍質地般的分泌物時，可能要當心子宮頸擴張導致子宮頸的黏液栓子排出，或是有早期破水的情況，會有較高的機率提早迎接寶寶的到來(早產)。
- **白色塊狀：**
  如果出現了白色或灰白色，有點類似起司的塊狀分泌物的話，就很可能是酵母菌感染。酵母菌感染很常發生在孕婦族群中，症狀包括搔癢與灼熱感，並在排尿或性行為時感到疼痛。
- **綠色或黃色：**
  如果分泌物呈現綠色或黃色，則很可能是性傳染疾病(STI)，如披衣菌(Chlamydia)，淋病(Gonorrhea)或滴蟲病(Trichomoniasis)的徵兆，且通常可能伴隨例如生殖器發紅或解尿疼痛的症狀。美國疾病管制與預防中心(CDC)指出，性傳染疾病可能會造成寶寶出生低體重、也有可能在分娩時垂直傳染給寶寶引起嚴重感染。
- **灰色：**
  灰色的分泌物很可能代表是細菌性陰道炎(Bacterial vaginosis)，尤其是在性行為之後，類似魚腥味的氣味變得更重的時候。細菌性陰道炎是陰道裡的細菌失去平衡所造成的，而多重性伴侶往往是造成細菌性陰道炎的主要原因之一，是女性育齡期間最常見的陰道感染。細菌性陰道炎除了會增加早產的風險，也可能會造成寶寶出生低體重。
- **深棕色：**
  當分泌物呈現深棕色的時候，通常是因為身體裡面有舊的血液排出體外，只要媽媽沒有腹痛或腹悶的情形，適量的休息通常就可以改善。
- **粉色或紅色：**
  懷孕期間出現粉色或紅色的分泌物血絲，可能正常也可能不正常。根據研究，有7~24%的孕婦在懷孕初期有陰道出血的跡象。一項針對4千多名孕婦的研究指出，在第一孕期少量出血的人，尤其是症狀持續1~2天的孕婦，胎兒也沒有比較不穩定的情況。但還是要提醒媽媽們，雖然有時候懷孕初期出血，可能只是著床性出血；但有時候，分泌物有血絲也可能是脅迫性流產，子宮外孕、子宮頸發炎或子宮頸息肉出血等原因所造成，因此面對懷孕期間的陰道出血，還是要和婦產科醫師報告。 另外懷孕中後期若出現量大的出血或嚴重腹痛，有可能是胎盤早期剝離等危險的狀況，為了媽媽和寶寶安全，要記得立即就醫!

懷孕期間改善感染分泌物的方法

基本上，媽媽們可以透過健康的飲食來幫助維持陰道的健康，以下是懷孕期間的陰道保養注意事項：

- 不要使用衛生棉條。
- 不要過度沖洗陰道。
- 使用無香味的生理用品和護理產品，包含無香精的沐浴乳或衛生紙等等。
- 上完廁所擦屁股的方向應由前往後擦。
- 淋浴或游泳後要徹底擦乾陰部。
- 內褲選擇透氣的布料。
- 避免穿緊身牛仔褲和尼龍緊身襪，否則會增加感染的風險。
- 飲食健康，避免吃過多糖分，否則會加重酵母菌感染的情況。
- 補充一些在懷孕期間可以安全攝取的益生菌食品或營養品，預防陰道的細菌失衡。

—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

懷孕分泌物顏色與徵兆



透明/濃稠乳白色
當心寶寶較可能提早報到。

白色塊狀
可能是酵母菌感染，有搔癢與灼熱感。

綠/黃色
可能是性病感染，常伴隨生殖器發紅或發炎。

灰色
可能是細菌性陰道炎，因陰道裡的細菌失衡。

深棕色
盡快就醫檢查，但若為淡棕色較不需擔心。

粉色
可能正常，也可能是脅迫性流產、子宮外孕、子宮頸發炎、子宮頸息肉出血等。

紅色
懷孕中後期若大量出血或嚴重腹痛，有可能是胎盤早期剝離。

重點摘要:

- 女性分泌物(俗稱白帶)，正常來說應呈稀薄的乳狀質地，且不太有味道，若味道明顯，還伴隨紅腫或搔癢，則可能是細菌感染。
- 在懷孕期間有適量的白帶，可以幫助預防細菌感染陰道並傳到子宮影響胎兒。

參考

- Vaginal discharge in pregnancy. (link)
- Vaginal Discharge During Pregnancy. (link)
- What do different colors of discharge mean in pregnancy?. (link)



立即分享