孕早期文章
文章

懷孕初期出血一定是流產？如何判斷異常出血？

5 月 18, 2020

懷孕初期，在受孕後的10~14天，如果有微量出血是很正常的現象，代表受精卵成功附著在子宮壁上。然而也有異常出血狀況，需要立即就醫，當出血量過大且顏色為鮮紅色，同時合併腹痛，即有可能是流產徵兆。

Author(s): 審稿人 – 陳奐樺醫師

懷孕初期陰道出現微量的出血現象，這是受精卵成功附著在子宮壁上造成的，稱為著床出血，是正常的生理現象。但如果大量出血，出血量甚至比平常月經還多且呈鮮紅色時，請盡快就醫。

懷孕初期，在受孕後的10~14天，如果有分泌物及微量出血是很正常的現象，代表受精卵成功附著在子宮壁上。然而也有異常出血狀況，若懷孕初期出血呈現咖啡色，孕婦不需要太過擔心，不過當出血量過大且顏色為鮮紅色，同時合併腹痛，即有可能是流產徵兆，需要立即就醫。

懷孕初期陰道出現微量的出血現象，這是受精卵成功附著在子宮壁上造成的，稱為著床出血，是正常的生理現象。但如果大量出血，出血量甚至比平常月經還多且呈鮮紅色時，請盡快就醫。

在胎兒狀況尚未穩定的懷孕初期，往往是許多孕婦最容易擔心受怕的時候，尤其是新手媽媽可能看到出血就被嚇得驚慌失措，但請先別慌張，**導致懷孕出血的原因有很多，其中又分為正常出血和異常出血**，而許多孕婦在懷孕初期都曾面臨過出血狀況，所以在未釐清出血原因之前不應自亂陣腳。

一般而言，著床出血 (Implantation bleeding) 表現為陰道微量出血 (vaginal spotting)出血的時間不會持續太久，且沒有危險性，因此並不需要治療。 造成異常出血的原因也有很多種，例如先兆性流產、子宮頸糜爛、子宮頸息肉、子宮外孕等等。若碰到以上狀況，建議諮詢婦產科醫生，才能獲得最適合的治療方式，也對胎兒健康有保障。

3招快速判斷懷孕初期出血，分辨正常、異常狀況

如果懷孕初期遇到出血狀況，先不要驚慌，建議孕婦可以透過經血分泌的顏色、出血量以及有無伴隨其他症狀的觀察，判斷是否為著床出血，或是需要就醫的狀況。

1. **從懷孕初期出血顏色判斷**

- 咖啡色、黑色：懷孕出血咖啡色或黑色，且不是持續性地出血，通常是殘留在體內的血沒有及時排出；但咖啡色分泌物也有可能是先兆性流產造成，若咖啡色分泌物持續超過1週以上，建議盡快請專業醫師評估。
- 粉紅色：通常是少量出血伴隨陰道分泌物流出的型態，也是屬於緩慢性出血的一種。
- 鮮紅色：**代表體內正在流血，而且出血的量很多，才會在第一時間被排出，情況較危急。**

2. **從懷孕初期出血量判斷**

- 少量出血：內褲上偶爾出現幾滴血漬、擦拭時發現分泌物有少量血絲，出血量不會多到會蓋住整個護墊。如廁後衛生紙有血絲或內褲有點狀血跡屬於少量出血，一般沒有大礙。
- 有血塊：懷孕初期排出血塊有可能是流產或子宮外孕的徵兆，要特別小心。

3. **從懷孕初期是否合併出現其他症狀判斷**

- 無其他症狀。
- 有腹痛或其他症狀：由於出血合併腹痛對妊娠影響較大，無論出血量多寡，只要同時出現腹部陣痛、悶痛、劇痛或類似排尿灼熱疼痛等表現，就要立即就醫檢查。

衍伸閱讀：＜認識懷孕初期身體變化徵兆與症狀＞

懷孕初期正常和異常出血的原因

正常出血狀況：什麼是著床出血？

在受孕後的10~14天，陰道會有微量的出血現象，因為這是受精卵成功附著在子宮壁上所造成的，此稱為著床出血。這個現象可能會剛好發生在原本的經期時間，所以很多孕婦會因此而忽略這個懷孕初期徵兆。

雖然這只是一種懷孕成功的跡象，不會造成危險，也不需要治療，但是如果有大量出血，甚至量比平常月經分泌的還多，或是出現發燒、發冷，腹部抽痛的頻率及強度增加的時候，也請盡快就醫。



▲因為受精卵成功附著在子宮壁上的時候，會造成陰道會有微量出血的現象，屬於正常狀況，無須就醫。

異常出血狀況：

1. **先兆性流產**

代表受精卵著床不穩定，或稱「脅迫性流產」，是懷孕初期出血最常見的原因之一。陰道可能會出現微出血的現象，但出血量因人而異，有時會伴隨輕微下腹痛，腰部痠脹。**提醒懷孕初期發現陰道出血不一定就是先兆性流產，若孕婦不確定是否為先兆性流產，可以諮詢婦產科醫生做鑑別。**

造成先兆性流產的原因眾多，但大多是和孕婦的個人體質相關。因此建議孕婦多注意身體、適當休息以降低流產的風險。

2. **子宮頸糜爛**

子宮頸糜爛其實並非真的潰爛，而是荷爾蒙變化使得子宮頸內口外翻的狀況。子宮頸內口的柱狀上皮細胞比起原來的鱗狀上皮細胞更容易受到碰撞、摩擦而出血。

子宮頸糜爛是婦科常見的診斷之一，女性服用避孕藥、懷孕、生產等原因，都可能造成子宮頸糜爛。倘若合併會陰部不適、分泌物量增加、或陰道出現黃綠色分泌物、分泌物有異味，可能為子宮頸發炎需接受治療。

3. **子宮頸息肉**

子宮頸息肉大多為良性腫瘤，通常長在子宮頸管內或子宮頸外口處。息肉較小時多半無症狀，但息肉長得較大時，容易因息肉的表皮組織脆弱，出現陰道出血的現象，但通常微量出血，不會造成疼痛。除了出血，也可能出現分泌物帶有血絲、性行為後或排便時異常出血、經期過長、經血量過大等症狀。

懷孕期間受到荷爾蒙的刺激，可能會加速息肉的生長，導致息肉變大。然而，基本上子宮頸息肉並不會影響到胎兒，醫師也會跟根據息肉的大小、生長位置而判定，是否需要在懷孕期間動手術割除。由於息肉的復發機率高，因此建議孕媽咪治療後每年仍需定期做子宮頸抹片檢查及追蹤。

4. **子宮外孕**

子宮外孕是指受精卵在子宮以外的部位著床，**最常見的子宮外孕是發生在輸卵管著床。**當精子與卵子在輸卵管相遇結合成受精卵，再移動到子宮著床，但如果輸卵管的功能不佳，無法將受精卵順利運送回子宮，造成受精卵在輸卵管著床的子宮外孕。

由於輸卵管無法像子宮一樣擴張，因此隨著胚胎長大，可能會讓輸卵管破裂而造成大量出血。若是發現異常腹部悶痛、陰道少量出血、解尿排便等症狀，極有可能是子宮外孕的警訊，建議媽媽及早發現就醫，才不會造成生命危險。

懷孕初期著床出血v.s.月經該如何判斷？

雖然著床出血可能會和月經來的時間重疊，甚至**有些女性不會有著床出血的現象，因此這個懷孕初期徵兆很容易被忽略**，但其實著床出血的症狀和月經，還是有許多不同的特徵，以下是著床出血的徵兆：

1. **著床出血量：**著床出血量應比月經還少。
2. **著床出血天數：**著床出血持續的時間應比月經的天數還短，通常只有1~2天。
3. **伴隨懷孕症狀：**著床出血通常會伴隨其他懷孕初期的症狀，如乳房變軟、疲勞、頭痛、胃不舒服、想吐、食慾增加或減少、情緒起伏比較大，以及頻尿等等。



▲相較於月經，著床出血的出血量比較少，天數比月經比較短，偶爾也會伴隨懷孕症狀。

著床出血後何時該驗孕？

發現著床出血的現象之後，想要確定是否懷孕，除了直接去找醫師抽血檢查之外，也可以在家自己用驗孕棒檢驗。通常建議在月經該來卻還沒來的第1天甚至可以更晚（約一週後）再驗孕，降低偽陰性的機率。

尤其月經週期不規則的女性，因排卵日較難預估，所以可能需要更久的時間才能驗得到結果。由於著床出血多數都和月經來的時間重疊，**若不確定是著床出血還是月經，可以在出血當天就驗孕，若為陰性，可以在出血3天後再重複驗孕。**

而驗孕的原理是透過檢測體內的人絨毛膜促性腺激素(Human chorionic gonadotropin□hCG)來判斷的，人絨毛膜促性腺激素是一種懷孕激素。懷孕之後，孕婦體內會開始快速分泌這種激素，在懷孕初期，每2~3天就會增加1倍。不過，還是建議在自行驗孕之後，去醫院檢查才是最準確的！

懷孕初期出血的注意事項

懷孕初期陰道少量出血的狀況是正常的，而引起微量出血的原因有很多，除了著床出血，例如日常的產檢引起的刺激、性行為或陰道感染，也都有可能。然而這種輕微的出血，一般都不會持續很久，但是為了安全，**孕媽咪只要有出血情形，最好都告訴婦產科醫師比較好。**

懷孕初期對寶寶發育是非常重要的時期，也是孕期最不穩定的時候，因此無論是在飲食還是生活習

慣上，都需要特別留心，以下提供幾點注意事項給懷孕初期的孕婦參考：

1. 懷孕初期前3個月應減少性生活

關於懷孕初期是否需要完全停止性生活，衛福部國民健康署的建議，一般情況下不須完全禁慾，但若是孕婦過去曾有早產或流產症狀，最好在懷孕初期的三個月暫停性生活，以避免影響胎兒著床。

2. 多休息，放鬆身心

懷孕初期出血有時是因為孕婦過於勞累、壓力太大或是活動量過大導致。因此懷孕初期，要注意孕婦的身體狀況，多休息避免工作、家務勞累，同時也應盡量避免做劇烈運動。

除了避免讓孕婦身體太過疲累外，孕婦的心理層面也是相當重要。**若孕婦的精神壓力太大或是常處於緊張情緒下，不僅寶寶的成長環境會受影響，也可能加重懷孕初期的害喜情，甚至可能容易造成早產。**因此，在懷孕初期孕婦的身心都需要特別照顧及注意。

衍伸閱讀：＜懷孕初期放寬心～懷孕期情緒過多會影響胎兒＞

3. 飲食要營養均衡，切勿過度進補

均衡的飲食對孕婦及寶寶都是非常重要的，**除了注重營養，還要注意不要過度進補，有可能不僅無法幫助寶寶的發育，反而還造成孕婦的身體負擔。**另外，提醒臥床安胎的孕婦要特別注意體重的變化，由於活動量少，因此要避免短時間內體重大幅上升，會增加罹患妊娠糖尿病或高血壓等疾病的風險。

衍伸閱讀：＜懷孕DHA推薦～醫生媽媽的專業建議懷孕藻油DHA補充＞

4. 定期做產檢

產檢最主要的目的是追蹤寶寶的發育和成長狀況，並給予預防性醫療照護。由於**懷孕初期（前12週）寶寶仍處於不穩定狀態，流產率較高，因此懷孕初期的產檢不可輕忽。**國健署提供的公費產檢，孕期的前28週平均4週一次，定期產檢的固定項目為量體重、量血壓、驗尿、胎心音監測等等。

另外還有自費的產檢項目，懷孕初期的自費產檢項目有脊髓性肌肉萎縮症基因篩檢□X染色體脆折症篩檢、第一孕期唐氏症篩檢等等。針對自費產檢，孕婦可以和婦產科醫生討論，根據自身的身體狀

況、家族遺傳疾病等因素決定是否需要做自費產檢。

懷孕初期出血Q□A

Q1.分泌物呈現咖啡色代表重大疾病嗎？

很多媽媽看到粉紅色、血色、咖啡色的分泌物，就會以為自己得了甚麼很嚴重的大病。其實先不用太過緊張。這些分泌物有可能只是身體缺乏黃體素或排卵期出血導致的。不過若媽媽還是擔心，建議可以盡速至醫療院所，檢查分泌物呈現粉紅色、血色及咖啡色是甚麼原因，也可以讓孕媽咪較安心。

Q2.懷孕初期出血咖啡色多久會好？

有咖啡色的分泌物，可能是正常狀況、也可能是先兆性流產，最好方法是發現有咖啡色分泌物就開始多休息，且短時間內盡量避免性生活。至於懷孕初期咖啡色分泌物會持續多久？正常來說，媽媽懷孕初期出血呈現咖啡色，在適當的休息後，若在2-3天內改善多為正常狀況；但如果咖啡色分泌持續超過5-7天以上，有可能會是先兆性流產，建議要盡快找專業醫師評估狀況。

Q3.懷孕初期出血會不會流產？

大多數孕媽咪都會擔心出血會不會導致流產，其實胎兒有沒有心跳才是比較重要的指標。在懷孕初期出血的孕婦中，如果已經透過超音波看到胎兒有心跳，大約八成至九成的孕媽咪都還能持續健康的懷孕。當然若出血伴隨身體上較不熟悉的變化，建議還是要向醫師諮詢評估懷孕狀況。



—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

懷孕初期
著床出血的徵兆

出血量



出血天數



伴隨懷孕徵兆



重點摘要：

- 受孕後的10~14天，陰道會有微量的出血現象，稱為著床出血，屬於正常的現象
- 懷孕初期如果出血量大、有血塊，或經血呈現鮮紅色，需要立即就醫
- 著床出血只是一種懷孕成功的現象，不會造成危險亦無需治療
- 著床出血量比月經少，而且天數比月經還短，通常只有1~2天。

參考

- Is implantation bleeding normal in early pregnancy? (link)
- What Is Implantation Bleeding? (link)
- How Long Does Implantation Bleeding Last? What to Expect. (link)
- What causes implantation bleeding? (link)
- What is Implantation Bleeding? (link)
- 衛生福利部桃園醫院-產檢 (link)



立即分享