孕晚期文章
文章

新版媽媽手冊（孕婦健康手冊）怎麼拿？詳解孕婦健康手冊領取方式及用途

十二月 24, 2021

本文除與懷孕媽咪們分享新版的媽媽手冊 —「孕婦健康手冊」怎麼拿之外，還會特別介紹這本「孕婦健康手冊」有哪些特色，以及能為懷孕媽咪們提供哪些資訊。

Author(s): 審稿人 – 陳瑋憶督導

新版的媽媽手冊正式名稱為「孕婦健康手冊」！主要記錄著媽媽的健康狀況。媽媽手冊會詳列產檢建議時程，並配合產檢時程，提供各次產檢紀錄表，協助懷孕媽咪追蹤自己的健康狀況。此外，媽媽手冊還記載了懷孕危險徵兆、給準爸爸的建議等懷孕衛教知識，讓孕婦能順利度過孕期。

媽咪及胎兒在懷孕期間的健康、發展狀況，總讓懷孕媽咪們擔心不已。如果能趕快拿到新版的媽媽手冊（孕婦健康手冊），協助媽咪確認自己的身體狀況，一定能讓懷孕媽咪們安心許多。而**「媽媽手冊該怎麼拿呢？」、「媽媽手冊遺失又該怎麼辦？」也是許多媽咪們的疑問。**



▲孕婦健康手冊，也就是我們熟悉的媽媽手冊，能夠追蹤懷孕媽咪健康狀況

新版媽媽手冊（孕婦健康手冊）怎麼拿？通常媽咪懷孕滿12週，醫院會主動發放孕婦健康手冊

很多懷孕媽咪們在懷孕5~6週，透過超音波檢查，確認胎兒正常著床於子宮內後，都會詢問醫師「媽媽手冊怎麼拿呢？」其實，一般來說在這個階段，醫師暫時還不會給懷孕媽咪們孕婦健康手冊，通常會等到懷孕滿12週，寶寶在胎中正常發育，出現心跳以後，才會給懷孕媽咪們孕婦健康手冊。

目前各醫院通常會在12週左右，發放孕婦健康手冊。但實際拿到孕婦健康手冊的時間，還是會依胎兒發展狀況、醫師專業判斷有所差異。

例如：有些醫師會在媽咪懷孕第8週、同時寶寶出現心跳時，就將媽媽手冊交給懷孕媽咪。所以懷孕初期，還沒拿到孕婦健康手冊的媽咪們，也不用太擔心喔！相信醫師的判斷，還是能順利拿到媽媽手冊。

孕婦健康手冊完整記錄媽媽孕期，讓媽媽順利生產、寶寶健康出生

孕婦健康手冊除了可以讓醫師記錄每一次產檢外，還收錄了孕婦的過去孕產史、超音波紀錄及健康照護衛教指導紀錄表。協助懷孕媽咪完整掌握並記錄孕期的重要產檢時程，讓媽咪能健健康康地等待寶寶出生。

因此，當懷孕媽咪領到孕婦健康手冊後，請**每次產前檢查時，攜帶手冊連同健保卡至產檢醫院診所，記錄產檢結果及孕期應注意事項。**若懷孕媽咪在產檢前，有任何疑問，也可以記錄在媽媽手冊中，方便在產檢時請教醫師。

孕婦健康手冊關係著媽媽與寶寶的健康，遺失一定要記得申請補發

由於目前台灣女性平均生育年齡漸漸提高，高齡生產的情況十分常見。隨著孕婦年齡增長，懷孕風險也會高於適孕年齡，能夠追蹤孕婦健康狀況的媽媽手冊，顯得非常重要。

不管是哪個年齡層的懷孕媽咪，若遺失孕婦健康手冊，記得一定要到原產檢醫院、診所申請補發。

孕婦健康手冊與時俱進，新版媽媽手冊讓準媽咪更清楚自身健康狀況

孕婦健康手冊配合著孕婦的健康需求，每過一段時間就會更新，期盼能提供懷孕媽咪們最正確的懷孕資訊。而最新版的孕婦健康手冊於2020年出版，相較於過去的媽媽手冊，整體設計更加考慮懷孕媽咪的使用者體驗，讓媽咪可以更清楚自身健康狀況。

新版孕婦健康手冊改善了收納便利性，讓懷孕媽咪可以放進健保卡、產檢報告；版面設計使用更多的圖示，讓媽咪更容易閱讀；甚至**在各頁、各主題中，置入了QR CODE讓懷孕媽咪可以迅速獲得主題相關的懷孕知識。**



▲新版媽媽手冊置入QR CODE讓媽媽即時了解各產檢懷孕衛教知識

以孕婦健康手冊拿好禮： 惠氏媽咪媽媽禮：上傳媽媽/寶寶手冊享專屬迎新禮

憑孕婦健康手冊參加媽媽教室： 媽媽教室：2021 惠氏媽咪全台場次熱烈報名中！

重點摘要:

- 目前各醫院通常會在12週左右，發給孕婦健康手冊。
- 但實際拿到孕婦健康手冊的時間，會依胎兒發展狀況、醫師專業判斷有所差異。
- 孕婦健康手冊除了可以讓醫師記錄每一次產檢外，還收錄了孕婦的過去孕產史、超音波紀錄及健康照護衛教指導紀錄表。
- 不管是哪個年齡層的懷孕媽咪，若遺失孕婦健康手冊，記得一定要到原產檢醫院、診所申請補發。

參考

- 新版孕婦健康手冊上路-媽媽輕鬆記 (link)



立即分享