

## 这是什么？

妊娠期高血压和先兆子痫是可能在任何阶段影响孕妇健康的问题。

- **高血压**是指血压高，血压读数超过 140mmHg/90mmHg 时即为高血压。
- **先兆子痫**是怀孕期间发生的一种高血压，主要发生在20周后，需要紧急治疗。

快速治疗这两种病况很重要。治疗有助于降低孕妇及婴儿患重病的几率。如果有这些健康问题中的任何一个，医疗团队将在孕期的剩余时间里密切监测你的情况。

## 家庭医生现在会做些什么？

家庭医生会告诉你如何控制高血压。

这可能涉及以下内容：

- 经常检查血压，以及血液和尿液检查
- 经常检查宝宝的健康和心跳
- 去高血压孕妇专科门诊
- 服用孕期安全的降压药

如果血压非常高，家庭医生可能会将你转诊到当地的分娩科或急诊科。对于某些女性来说，治疗先兆子痫的唯一方法是尽早分娩。

## 家庭医生将来会做些什么？

在怀孕期间，家庭医生会经常检查血压。生完宝宝出院后，家庭医生会继续经常见你，并检查你的血压。

家庭医生可能会慢慢降低降压药的剂量。几个月后，可能可以停止服药。有些女性需要继续服用数月或数年。

如果再次怀孕，将来患上先兆子痫的几率也可能会更大。家庭医生会与你讨论这个问题。

## 我能做些什么？

可以采取多种措施来控制病情，包括：

- 参加所有的健康检查
- 告诉家庭医生过去是否患有高血压
- 告诉家庭医生是否在怀孕前就在服用降压药
- 休息并多喝清澈液体（足以使小便保持淡黄色）

如果有任何以下症状，请立即告诉家庭医生或助产士：

- 非常严重的头痛且不会消失
- 视力问题，例如视力模糊、闪光或眼睛有斑点
- 腹部上方肋下部位剧烈疼痛
- 双手、脸部或双脚突然肿胀或浮肿
- 由于体液积聚导致体重突然增加
- 胃灼热且不会因服用抗酸剂而消失
- 感觉很不舒服
- 感觉不到宝宝有多少活动

### 肿胀

肿胀在妊娠期很常见，很少是先兆子痫的体征。

如果双手、脸部或双脚肿胀发生任何突然的变化，要立即告诉家庭医生或助产士。

## 都有哪些支持？

对于高危人群，悉尼西南区本地卫生区设有特殊诊所。家庭医生可以将你转诊至：

- Bankstown-Lidcombe医院肾产科诊所或高血压诊所
- Campbelltown医院产前诊所 – 妊娠高血压诊所
- Liverpool医院产前门诊 – 妊娠高血压/肾脏疾病门诊



## 我可以问医生什么问题？

- 如何知道我是否患有高血压？
- 我需要药物吗？
- 这些药物有副作用吗？
- 应该担心哪些症状？
- 高血压会影响我的宝宝吗？
- 在哪里可以获得更多帮助？



## 在哪里可以了解更多信息？

- **Patient.info** – 妊娠期高血压: [patient.info](http://patient.info)
- **更好的健康频道** – 先兆子痫: [betterhealth.vic.gov.au](http://betterhealth.vic.gov.au)
- **皇家妇女医院** – 高血压和先兆子痫: [thewomens.org.au](http://thewomens.org.au)
- **Healthdirect Australia** – 先兆子痫: [healthdirect.gov.au](http://healthdirect.gov.au)