



# 为您提供信息

发表于 2019 年 6 月

## 若您遇到羊水早破的情况

### 关于本信息

本信息适用于您认为或是被告知在正常分娩前出现羊水早破的情况。另外，如果您作为伴侣、朋友或亲属正面对上述情况，本信息也可能对您有所帮助。

若您的羊水在24个完整孕周前破裂，您应与您的卫生保健专业人员进行单独会谈。

本信息旨在帮助您更好地了解您的健康状况以及更好地选择治疗和护理方式。您的卫生保健团队将帮助您做出最适合您的选择。他们会通过与您讨论具体情况和为您解答疑惑来帮助您。

在本宣传单中，我们可能会使用到如“女性”这样的词语。但这并不是说只有被认定为女性的人群才可以取用此宣传单。无论您的性别认同如何，您都有权享受到包容、细致的护理并能满足您的个人需求、。

您可以在英国皇家妇产科学院（RCOG）网站上查询到医疗术语词汇表：

[https://www.rcog.org.uk/for-the-public/a-z-of-medical-terms/.](https://www.rcog.org.uk/for-the-public/a-z-of-medical-terms/)

### 要点

- 早产胎膜早破（PPROM）是指孕妇在37个完整孕周前羊水破裂，而此时孕妇尚未进入分娩阶段。
- 如果您遭遇胎膜早破现象，您将有很大可能性会面临早产，您和胎儿的感染风险也会随之增加。
- 您将接受一个疗程的抗生素治疗以降低感染风险并继续妊娠。
- 如果您没有感染迹象，您的胎儿在子宫中也发育正常，那就建议您将怀孕周期尽可能延长到37周。您的卫生保健团队将随时监测您的身体是否有感染迹象，期间也会考虑到您的个人具体情况和偏好。
- 如果您或胎儿出现任何感染迹象或相关并发症，就可能需要立即准备分娩。

## 什么是早产胎膜早破 (PPROM) ?

您的胎儿一直被包裹在羊膜腔内的液体之中也就是在您子宫内的一个薄膜袋（羊膜囊）的“羊水”之中。



羊水破裂也称为羊膜囊破裂。在正常情况下，您的羊水应该在临近分娩前或分娩时破裂。如果您的羊水在少于37个孕周时破裂就称为早产胎膜早破 (PPROM)。每100名怀孕女性中就有3名 (3%) 遭遇胎膜早破。而每10例早产中，就有3到4例与胎膜早破相关。

胎膜早破的原因尚不明确，但推测与感染、胎盘疾病等有关。

## 我应该怎么判断自己的羊水是否破裂？

您可能会感受到一“股”液体涌出体外或是下体常有潮湿感。液体的量少则几滴多则涌流而出。

## 我该怎么应对？

如果您感觉到有液体从阴道流出，不要使用卫生棉条 而要使用卫生巾，随后观察液体的颜色和量。怀孕期间漏尿是十分普遍的现象，但如果您感觉自己的羊水可能已经破裂，应尽快联系您的卫生保健专业人员并马上到医院进行检查。

## 我在医院会接受什么检查？

您 接受的检查将包括下列项目：

- 同您的卫生保健专业人员讨论发生了什么样的情况，包括漏液细节、自身感觉、孕期内情况以及是否有胎膜早破或早产风险（例如，如果您以前分娩时发生过类似情况，就更有可能再次遇到相同情况）
- 接受常规体检，包括检查体温、脉搏 和血压
- 接受胎儿心跳检查

## 怎样确诊胎膜早破？

确诊胎膜早破最好的方法是阴道检查。在得到您的同意后，您的卫生保健专业人员会使用无菌阴道窥阴器（一种用于分开阴道壁的器具）来观察您的宫颈并判断漏液是否是羊水。

- 如果在阴道检查后仍然无法判断，医护人员会采取拭子检测的方式来确定您的羊水是否破裂。
- 通过超声波检查来确定胎儿周围羊水量有时也是一种有效手段。

## 下一步会发生什么？

如果您的羊膜囊破裂，医护人员通常会建议您住院几日，偶有需要住院更久的情况。您与胎儿将接受细致检测，以随时观测是否有感染迹象。检测将包括定时体温、血压和脉搏检测，还将包括用于监测感染的血常规检查。您的胎儿也会接受定时心率检测。

如果您的羊膜囊未破裂，检查后您可以直接回家。

如果您的羊水漏液量不大，检查结果有时不易显示出病情，医护人员因此难以确定您的羊膜囊是否已经破裂。如果您在回家后仍然有漏液现象，您应返回医院作进一步检查。

## 胎膜早破会对我和胎儿产生什么影响？

### 感染

羊膜囊在胎儿周围形成了一层保护屏障，在羊膜囊破裂后，您的子宫就面临着感染的风险（绒毛膜羊膜炎）。如果您的子宫感染，有可能会面临早产，您和胎儿也可能患上败血症。

子宫感染的症状包括：发烧、阴道分泌物颜色异常且有异味、脉搏加快以及下腹疼痛。您胎儿的心率也可能会较平时加快。

若出现感染迹象，您可能需要立即分娩，从而防止您和胎儿的情况进一步恶化。

### 早产

遭遇胎膜早破的孕妇中约有50%会在羊膜囊破裂的第一周内分娩。您的怀孕时间越长，就越有可能会在羊膜囊破裂后的一周内经历分娩。

### 早产带来的影响

早产儿会面临更高的健康风险，尤其是呼吸、进食问题和感染风险，可能需要入住新生儿病房。分娩距预产期越早，胎儿就越有可能面临上述情况。

如果您遭遇胎膜早破的情况，您的卫生保健专业人员会结合您的怀孕时长和个人具体情况同您讨论胎儿可能会面临的问题。

其他不常见并发症包括：

- 脐带脱垂：脐带穿过宫颈落入到阴道内。这是一种急性并发症并可能威胁到胎儿的生命安全，但这种并发症比较罕见。

- 先天性肺发育不全：由于包裹胎儿的羊水不足，胎儿的肺部无法正常发育。如果您的胎膜破裂过早（孕期不到24个孕周），此时胎儿的肺部还在发育中，这种情况就较为常见。
- 胎盘早剥：胎盘过早从子宫脱离。这种情况可能会造成大量出血，此时您和胎儿都可能面临危险。

上述并发症有时可能会造成胎儿无法存活。您的胎膜破裂时间越早，胎儿早产的风险就越大，有时或伴随感染风险或脐带脱垂。

## 胎膜早破有办法治疗吗？

目前的医疗技术无法对包裹胎儿的羊水进行补充或是对羊膜囊破洞进行修补。由于羊水是不断产生的，您的漏液情况可能会一直持续到孕期结束。

不过，目前存在降低胎儿风险的治疗手段。这些治疗手段包括：

- 抗生素药剂治疗：以降低子宫内感染的风险从而降低对您与胎儿的影响。抗生素能帮助您推迟分娩时间
- 激素注射（皮质类固醇）治疗：激素治疗有助于胎儿的正常发育，也可以降低早产引发疾病的几率。请看英国皇家妇产科学院（RCOG）给患者提供的信息：[皮质类固醇降低早产儿患并发症风险相关信息来源 www.rcog.org.uk/https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/antenatal-corticosteroids-to-reduce-neonatal-morbidity-and-mortality-green-top-guideline-no-74/](http://www.rcog.org.uk/https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/antenatal-corticosteroids-to-reduce-neonatal-morbidity-and-mortality-green-top-guideline-no-74/)。
- 硫酸镁治疗：如果您的胎儿有早产风险，您将接受硫酸镁治疗以降低胎儿患上脑瘫的风险。
- 抗生素静脉注射治疗（适用于早产的情况）：降低早发性B群链球菌感染的风险。请看英国皇家妇产科学院（RCOG）给患者提供的信息：[孕期中与新生儿B群链球菌（GBS）感染情况相关信息来源https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/](https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/)

## 我需要住院吗？

医护人员一般会建议您在胎膜破裂后住院几日以观察您与胎儿的健康状况。

在观察期结束后，如果您身体状况良好且早产风险较低，您的卫生保健专业人员会询问您是否选择回家休养。

## 选择回家后，我在什么情况下应当求助？

在您从医院回家之前，您的专业医护人员会告诉您需要注意的症状。如果您有以下症状，请马上与您的卫生保健专业人员联系并立即返回医院：

- 发烧
- 类似流感的症状（感到时冷时热）
- 阴道内出血
- 漏液呈绿色或带异味
- 宫缩或子宫绞痛

- 腹部疼痛或背痛
- 感觉胎动异常

## 我接下来该怎么做呢？

您应该联系您的卫生保健专业人员进行定期检查（通常是每周一到两次）。这些检查包括胎儿心率检测、孕妇体温及脉搏检测以及用于判断是否有感染迹象的血常规检测。您的产科医生会同您一起制定孕期中后续方案。

胎膜早破可能会让您与您的家人经历一段非常紧张并有压力的时期。因此，在孕期中及产后，持续的情绪支持至关重要。如果您在情绪方面有担忧，请向您的卫生保健专业人员和情绪支持团队求助（链接见下文）。

## 什么时候才是恰当的分娩时间？

如果您与胎儿无感染迹象且状况良好，医护人员会建议您在37个孕周后分娩。因为延长孕期可以降低胎儿早产相关的风险。

如果您被检测出体内存在B群链球菌（GBS），医护人员可能会建议您孕期超过34周就进行分娩，因为您的胎儿也有被B群链球菌（GBS）感染的风险。请看英国皇家妇产科学院（RCOG）给患者提供的信息：[孕期中和新生儿B群链球菌（GBS）感染情况相关信息来源](https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/)<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/group-b-streptococcus-gbs-in-pregnancy-and-newborn-babies/>。

您的卫生保健专业人员会根据您的具体情况和喜好同您讨论最佳的分娩时间。您可以咨询任何有关自身怀孕状况以及分娩相关问题。

## 胎膜早破后我还有可能顺产吗？

一般来说，胎膜早破后是有可能顺产的，但具体情况要根据您的分娩时间、胎儿在子宫中的位置、您的个人具体情况和选择来决定。您的卫生保健专业人员会就相关问题与您进行讨论。

## 胎膜早破会对将来怀孕有何影响？

有胎膜早破或者早产的病史意味着您在未来的怀孕过程中面临早产的风险更大。建议您接受专业医疗团队的照护，专业医疗团队会根据您的个人情况与您讨论将来的孕期方案。

## 关于身体检查

由于妇产科护理的特殊性质，进行身体检查是必要的。这些检查可能包括腹部检查或阴道内检查。

我们理解，对于部分女性来说，尤其对于那些曾经历心理创伤、身体虐待或性虐待的女性来说，此类检查可能非常难以忍受。因此，您的卫生保健专业人员会在检查时陪伴您左右，为您提供友善的个性化护理。如果您选择不进行此类检查，医护人员会与您讨论替代方案。

卫生保健专业人员在向您解释您将接受哪些身体检查之后，会在检查前征求您的同意。

您身边会一直有陪护人员。陪护人可以是您的伴侣、家人、朋友、情绪支持团队人员或（除为您做检查的医护人员外的）另一位卫生保健专业人员。

如果您在检查之前、期间或之后的任何时间感到不适、焦虑、压抑或疼痛，请告知您的卫生保健专业人员，他们会为您提供支持。

如果您觉得难以启齿，可以用书写的方式来表达您的情绪，或者让您希望陪伴的人协助您表达。

在您接受身体检查时，您随时都可以要求卫生保健专业人员停止检查。

## 更多信息

小心跳（Little Heartbeats）：<https://www.little-heartbeats.org.uk/>

B群链球菌防治支持组织（Group B Strep Support (GBSS)）：<https://gbss.org.uk/>

沙漠（SANDS）：<https://www.sands.org.uk/>

败血症防治组织（Sepsis trust）：<https://sepsistrust.org/>

生育创伤协会（Birth Trauma Association）：<https://www.birthtraumaassociation.org.uk/>

NICE推荐指南：过早分娩与早产儿 (<https://www.nice.org.uk/guidance/ng25>)

英国皇家妇产科学院（RCOG）绿皮指南第73期，照顾妊娠超过24<sup>+0</sup>孕周且出现胎膜早破症状的孕妇：<https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/care-of-women-presenting-with-suspected-preterm-prelabour-rupture-of-membranes-from-24plus0-weeks-of-gestation-green-top-guideline-no-73/>

英国皇家妇产科学院（RCOG）给患者提供的信息：孕晚期脐带脱垂相关信息 (<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/browse-all-patient-information-leaflets/umbilical-cord-prolapse-in-late-pregnancy-patient-information-leaflet/>)



## 做出选择

# 做出选择

### 提出三个问题

如果需要选择治疗方案，你可能会想咨询很多问题，也可能想和家人或朋友谈一谈。将想要咨询的问题列成清单后，再进行讨论会有所帮助。



1. 我可以选择哪些治疗方案？
2. 怎样才能得到对我有利的帮助？
3. 对我来说，每个选择的利弊是什么？

\*此项目由谢泼德HL等人提出。病患可提出三个问题，以优化医师给出的治疗建议——交叉试验。Patient Education and Counselling, 2011; 84:379-85

<https://aqua.nhs.uk/resources/shared-decision-making-case-studies/>

## 资源和致谢

此信息由英国皇家妇产科学院（RCOG）患者信息委员会制定。基于英国皇家妇产科学院（RCOG）绿皮指南第73期：照顾妊娠超过24<sup>+0</sup>孕周且出现胎膜破裂症状的孕妇（2019年6月发表）一文。指南当中有本文使用的证据来源的完整列表。您可线上查看该指南：

<https://www.rcog.org.uk/guidance/browse-all-guidance/green-top-guidelines/care-of-women-presenting-with-suspected-preterm-prelabour-rupture-of-membranes-from-24plus0-weeks-of-gestation-green-top-guideline-no-73/>