

「一個都不能少，守護台灣寶貝」～新式胎動檢測啟動會

◎林口長庚婦產部產科醫師 李汶芳



學歷
專長

中國醫藥大學醫學系
產科、一般婦科手術、
腹腔鏡手術

一個都不能少，守護台灣寶貝：長庚醫院啟動新式胎動檢測法，防範胎死腹中意外。

懷孕本來是喜事一樁，但是偶爾也會發生不幸事故。其中，最令人遺憾的就是莫名其妙的胎死腹中，而這類不幸，往往就從孕婦自覺的胎動減少徵兆開始。胎動突然改變，或明顯減少可能是胎兒在子宮內即將頻臨死亡的一個最直接且最重要的警訊。醫學研究顯示，胎動減少與不良的妊娠結局有直接的關聯性。根據統計，大約有 55% 歷經胎死腹中悲劇的孕婦回顧抵達醫院，確定胎兒死亡前，曾經感覺過胎動有明顯改

變或減少現象。

正常的懷孕，孕婦在妊娠中期會逐漸感覺到子宮內胎兒以拳打、腳踢、抖動、揮動、滾動的方式表現出胎動。這些活動其實是胎兒中樞神經系統及骨骼肌肉系統機能的綜合展現。隨著懷孕的進展，胎兒逐漸成熟、胎動數目及型態也會略有改變，這也反映出胎兒神經系統正常發育協調的歷程。大多數孕婦可以在妊娠 20 週之前開始感覺到胎動，至妊娠足月及生產分娩為止。胎動一旦出現，頻率會隨著妊娠進展逐漸加速，到妊娠 32 週胎動次數及強度達到最高峰至足月。



▲長庚啟動新式胎動檢測法，防範胎死腹中意外，宣誓「一個都不能少，守護台灣寶貝」的決心



▲新式胎動檢測法說明會醫護同心，守護台灣寶貝

相對的，胎兒在子宮發生健康威脅時，進一步影響其中樞神經系統及骨骼肌肉系統，接著表現出胎動減少現象，若未及時處置即可能胎死腹中。現行的胎動記錄有兩種：計算在某一段設定的時間內發生胎動的次數；或者是計算發生固定次數（通常是設定 10 次）胎動所花費的時間。若未達標準次數以上，或未在標準時間內完成記錄，即定義為「胎動減少」。臨床上，建議胎動減少的孕婦進一步尋求專業醫師諮詢，安排胎兒健康檢查。由於正常的胎動型態差異性甚大，每個孕婦反應出的胎動頻率亦不一致。目前仍尚未有經研究證實得以有效預防胎死腹中悲劇的胎動計時、計次記錄方式；或者是胎動減少的「絕對性」標準參考值。

最新的醫學研究指出較務實的是「相對性」的胎動比較法。首先，孕婦應先認識並熟悉自己感覺到的胎動頻率及型態。通常，胎動在妊娠 32 週會達到最

高峰，而且維持至分娩生產為止，胎動並不會在愈接近妊娠足月而愈來愈不明顯。研究也顯示，孕婦自我感覺胎動減少或出現明顯不同的變化時，立即求醫診治，可以搶救大部分瀕臨死亡的胎兒。

針對此一新式的胎動檢測法，林口長庚醫院婦產科和亞太母胎醫學基金會合作編製完成了「28 孕週・關鍵時刻」胎動自我量測手冊，指導孕婦使用，並於 2018 年 7 月 31 日召開新式胎動檢測法說明會，啟動新式胎動檢測法防範胎死腹中意外，宣誓「一個都不能少，守護台灣寶貝」的決心。✚



▲「28 孕週・關鍵時刻」胎動自我量測手冊