



No. 48 2013年8月  
宏其 20 週年專刊

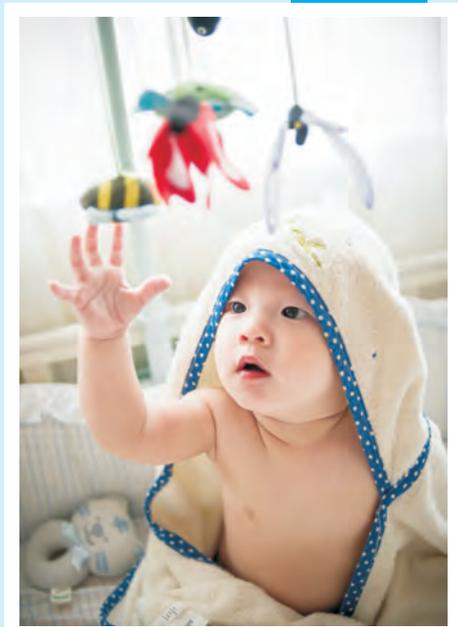
Hungchi Women & Children's Hospital

專業 · 領先 · 愛心 · 微笑



生命的幸福旅程，就從宏其開始！

# 目錄



## 宏其醫訊 (Hungchi Medical Journal) No. 48

發行：宏其醫療社團法人宏其婦幼醫院

發行人：張紅淇

總編輯：韓美寧

美術編輯：洪小喬

感謝以下投稿文章者/單位

張紅淇 院長	櫃檯組
宋永魁 教授	婦產科門診
游崇仁 醫師	藥劑科
楊識弘 醫師	檢驗科
胡中和 醫師	產房&開刀房
唐雲龍 醫師	嬰兒室
陳杰盛 醫師	新生兒中重度病房
潘景賓 醫師	兒科門診
胡志成 醫師	人工生殖中心
賴威廷 醫師	放射科
韓美寧 主任	資訊室
周憶秀 個管師	安其產後護理之家

## 宏其醫療社團法人宏其婦幼醫院

地址：320桃園縣中壢市元化路223號  
電話：(03) 461-8888・FAX: (03) 433-6999  
語音掛號：(03) 433-5110  
網址：www.hungchihospital.org.tw  
信箱：changob@seed.net.tw

## 序

- 1 院長的話..... 院長 張紅淇醫師  
3 沿革與榮耀

## 內容介紹

- 5 用心服務・親切笑容..... 櫃檯組  
8 幸福的旅程～從二條線開始..... 婦產科門診  
16 聰明媽咪健康吃～孕期營養..... 藥劑科  
18 溫馨主動的檢驗服務..... 檢驗科  
20 孕期運動～孕婦輕瑜珈..... 許玉綏 護理師

## 生產四部曲..... 產房 & 開刀房

- 25 第一部曲：認識產兆  
27 第二部曲：待產與剖腹生產住院流程  
32 第三部曲：自然生產與剖腹生產流程  
35 第四部曲：產後恢復照護  
37 新手父母必知～新生兒完整照護..... 嬰兒室  
43 高危險性新生兒完善照護..... 新生兒中重度病房  
48 手護孩子的健康..... 健兒門診  
52 孕育新生命的搖籃..... 人工生殖中心  
56 五「心」級的產後照護..... 安其產後護理之家

## 青少年與婦女健康專欄

- 57 幸福9號：青少年親善門診..... 周憶秀 個管師  
60 常見婦科腫瘤手術..... 護理部 韓美寧主任  
63 關心女性健康～從慎防尿失禁開始..... 楊文屏 護理師  
65 乳房攝影見真章・維護女性永安康..... 放射科  
68 營造社區健康的醫院..... 周憶秀 個管師  
70 讓醫療精簡化、效率化、資訊化..... 資訊室  
72 選妳所愛・愛妳所選..... 護理部 韓美寧主任

## 本院專任醫師學經歷介紹與生活哲學

- 73 吃苦耐勞重養生・知足感恩懂分享..... 院長 張紅淇醫師  
74 與宏其共享榮耀・快樂分享..... 宋永魁 教授  
75 認真過5種生活..... 游崇仁 醫師  
76 共同分享迎接新生命來臨的喜悅..... 楊識弘 醫師  
77 繫緣修心・隨處養心・藉事練心..... 胡中和 醫師  
78 人生當「水水」(台語)..... 唐雲龍 醫師  
盡情展現不同風貌，但永遠都不要失真  
79 Jason! 接生了!..... 陳杰盛 醫師  
生命的成長與誕生，讓我們一同陪伴您  
80 良性溝通，善意的互相對待..... 潘景賓 醫師  
81 守護未來的主人翁..... 胡志成 醫師  
秉持熱情的心，堅守熱愛的兒科工作  
82 體驗北歐之旅・享受渡假好時光..... 賴威廷 醫師  
83 其他主治醫師學經歷介紹

## 宏其20週年感言



一個人成長到20歲，算是真正成年。宏其婦幼醫院之前身「張紅淇婦產科診所」於民國82年6月成立，到92年7月28日升格為「宏其婦幼醫院」，加入了兒科。並於96年11月改制為「宏其醫療社團法人宏其婦幼醫院」。在大家共同努力及支持下，也正式昂然頂立在台灣婦幼醫療的版圖裡！謝謝大家！

101年本院生產數高達4128位，共誕生了4186位新生兒，佔桃園縣全部出生嬰兒的23%。而自82年以來，在本院出生的寶寶已超過5萬名。這在一個私立專科醫療機構，是很不簡單的，尤其在小小的台灣就有19家大型醫學中心林立而大部份人又喜歡往大醫院擠的環境下，我們戮力優質化、專業化婦幼專業服務，也得到大家的認同，服務量屢創新高。



在本院出生的寶寶已超過5萬名

我們為了不負大家的信賴，更加兢兢業業，網羅優秀醫護藥界人才，添購最新最好的設備，定期於晨會、月例會及各項討論會中吸引新知，檢討個案，研擬最新治療指引並隨時檢討，醫護團隊互相支援，依照法律及醫學常規，按標準作業程序嚴格執行。

為提昇本院醫療水準與醫學中心同步，我們特別聘請長庚醫院榮譽副院長 宋永魁教授當我們的最高顧問，並兼不孕症生殖中心指導及施術醫師，協助不孕症病人作試管嬰兒療程。在發展婦女泌尿醫療方面，我們有幸邀請到台灣婦產科醫學會理事長，婦女泌尿權威 謝卿宏醫師來主導，並設立尿動力檢查，對於愈來愈多的頻尿、尿失禁等困擾的婦女問題作最專業的診療及必要的重建手術。

### 聘請小兒心臟專科醫師，兒科服務更周全

小兒科方面，我們原有的醫師團隊就包括兩位新生兒科，一位小兒感染科，一位內分泌科及一位小兒腸胃科的專科醫師。由於新生兒疾病中，心臟病佔相當比例，因此，今年8月起，我們再聘請到馬偕小兒心臟專科



兒科服務媲美醫學中心

賴威廷醫師在本院專任，對於兒科的醫療服務會更周全，可媲美醫學中心。

### 專業、優質的產後照護

為使產後照護更專業及優質，自去年7月起成立南桃園最佳、最新的「安其」及「安其安康」兩家產後護理之家。以最專業的照護團隊、最舒適的漂亮景觀月子房來照顧產

後婦女及新生兒；希望產婦在此專業婦幼團隊的照護下，恢復健康美麗及自信，在未來職場或家庭中努力貢獻社會。



五「心」級的產後護理之家

### 產後月子餐～營養·美味·好健康

由於產後婦女需調理體質，期望能迅速恢復健康，有許多料理重點須注意。我們也特地結合營養師、餐飲老師及經驗豐富的廚師團隊，設立專業調理的「安其御膳坊」，服務產後護理之家、本院產婦，並可三餐熟食外送到家，營養、方便又美味！



專業的膳食服務團隊



安其御膳坊～健康美味月子餐

### 人工生殖中心～幫助您圓一個孩子的夢

在協助越來越多的不孕症病人方面，我們有衛生福利部國民健康署評鑑合格的生殖中心，有包括宋永魁教授、陳杰盛主任及唐雲龍醫師三位權威不孕症專家，利用最先進的設備，最新最有成效的療程，幫助不孕症病人圓夢！



人工生殖中心主持人 陳杰盛醫師

### 優秀的醫療照護團隊及設備，讓您更安心

當然，我們生產數目前高居全國前幾名，我們的產科團隊一定是最優秀的；從最完整優質的產前檢查及衛教、待產生產時的安全照護、麻醉科的待命、血庫的設立，新生兒急救團隊與設備的齊全，同時與長庚林口醫學中心婦產部及新生兒科密切合作，必要時後送轉診無縫接軌，務求孕產婦及新生兒都可受到最完善安全的照護。未來，我們會更努力，新一代產前檢查更完備，孕產婦可以更安心。

展望未來，我們將更努力，同時走入社區，服務更深入。希望我們的用心，大家感受得到；願我們的病患、產婦、新生兒都更健康平安！祝大家幸福快樂！

## 沿革與榮耀

民國 82.06.28	張紅淇婦產專科診所開幕。 從1位醫師與8位護士的開始	 <p>民國82年張紅淇婦產科診所開幕</p>
民國 84.02	張紅淇婦產專科診所生產嬰兒人數 每月突破100人。	
民國 85.01	張紅淇婦產專科診所腹腔鏡手術中心成立。	
民國 85.08	張紅淇婦產專科診所人工生殖中心成立。	
民國 87.08	張紅淇婦產專科診所通過健保局鑑定為 本地區唯一合法婦產科內視鏡手術中心。	
民國 87.10	張紅淇婦產專科診所引進4D彩色立體超音波。	 <p>民國92年宏其婦幼醫院開幕剪綵儀式</p>
民國 88.10	張紅淇婦產專科診所全面妊娠糖尿病篩檢。	
民國 90.11	宏其婦幼醫院舉行動土典禮。	
民國 91.01	張紅淇婦產專科診所加入『週產期試辦計畫』	
民國 91.07	宏其婦幼醫藥服務網站成立。	
民國 92.07.28	宏其婦幼醫院開幕	
民國 92.10	宏其婦幼醫院引進『乳房攝影X光機』。	
民國 93.04	宏其婦幼醫院『人工生殖中心』成立，並經 由行政院衛生署評鑑合格，成為南桃園地區 第一家合法立案的試管嬰兒實驗室。	
民國 93.08	宏其婦幼醫院加入『氣喘試辦照護計畫』	
民國 93.10	通過『地區醫院評鑑』，嬰兒出生數每月突破200人。	
民國 93.12	『乳房X光攝影醫療機構』認證。	
民國 93.12	獲得桃園縣政府衛生局頒發之『積極推展社區癌症防治』獎座。	
民國 95.12	獲得桃園縣政府頒發之『熱心推動桃園縣95年度婦癌篩檢工作』獎座。	
民國 96.01.01	通過『母嬰親善』醫院評鑑。	
民國 96.09.21	人工生殖中心再獲國民健康局評鑑合格南桃園唯一合法立案。	
民國 96.10.31	行政院衛生署許可設立宏其醫療社團法人。	
民國 96.11.12	榮獲『桃園縣提昇醫療院所服務品質計劃』獎座	
民國 96.12.	再獲桃園縣政府頒發之『九十六年度熱心推動桃園縣婦癌篩檢工作』獎座。	
民國 96.12.21	通過行政院衛生署審核，正式改制為『宏其醫療社團法人』宏其婦幼醫院通 過新制醫院評鑑，嬰兒出生數平均每月約250人。	
民國 98.08-10月	生產人數每月平均突破300人。	
民國 99.06.	增設『醫學美容』服務項目。	
民國 99.09.	再度通過國民健康局評鑑，成為合格人工協助生殖技術醫療機構。	

# 沿革與榮耀

民國 99.12	榮獲衛生署新制醫院評鑑優等通過、母嬰親善醫療院所認證優等通過
民國 99.12	榮獲桃園縣政府衛生局99年度防癌篩檢績優醫療院所優良獎。
民國 100.03	榮獲國民健康局頒發法人醫院乳癌篩檢效率王。
民國 100.07	增設「婦女泌尿門診」並邀請台灣婦產科醫學會理事長謝卿宏醫師駐診同時設立「尿動力學檢查室」
民國 100.08	國民健康局頒發「全球無菸健康照護服務網路認證」本院榮獲潛力獎
民國 101.06	榮獲國民健康局頒發「子宮頸癌篩檢效率王及乳癌篩檢效率王」。
民國 101.06	通過婦產科醫療品質及資源整合計劃。
民國 101.06	參與第四屆TCHA品質指標措施暨品質持續改善海報成果發表，榮獲銀牌。
民國 101.07	安其及安其安康101年7月核准設立（桃園縣中壢市中美路39號）
民國 101.08	安其御膳坊101年8月設立
民國 101.08	榮獲國民健康局頒發100年度「癌症防治績優醫院」子宮頸癌篩檢效率王第二組第一名。
民國 101.08	榮獲國民健康局頒發100年度「癌症防治績優醫院」乳癌篩檢效率王第一組第三名。
民國 101.11	生產數創歷史新高434位寶寶誕生。
民國 101.11	榮獲醫策會手術安全把關運動持續推動獎。
民國 101.12	生產數高達4128位，共誕生了4186位新生兒，佔桃園縣全部出生嬰兒的23%
民國 102.06	第五屆TCHA品質指標持續改善海報競賽榮獲醫療照護組入選
民國 102.07	榮獲衛生福利部國民健康署頒發101年度子宮頸癌篩檢效率王第三組第一名

## 各項篩檢均榮獲桃園縣政府衛生局、國健局頒發獎狀及獎座



國民健康局頒發100年「全球無菸健康照護服務網路認證」本院榮獲潛力獎



榮獲桃園縣政府衛生局頒發99年度「防癌篩檢績優醫療院所」優良獎



榮獲國民健康局頒發99年度「法人醫院乳癌篩檢效率王」



榮獲國民健康局頒發100年度「癌症防治績優醫院」子宮頸癌篩檢效率王第二組第一名



榮獲國民健康局頒發100年度「癌症防治績優醫院」乳癌篩檢效率王第一組第三名



榮獲衛生福利部國民健康署頒發101年度子宮頸癌篩檢效率王第三組第一名



左：榮獲桃園縣衛生局頒發101年度婦女照顧王  
中：榮獲桃園縣衛生局頒發100年度子抹篩檢績優獎  
右：榮獲桃園縣衛生局頒發100年度模範學苑



# 用心的服務 · 親切的笑容

我們的用心，讓您更安心

櫃檯人員乃是本院與來賓接觸的第一線，面對人群時的應對技巧、電話溝通和表達能力與醫院形象乃是息息相關。

本院櫃檯人員除了例行性之掛號服務外，醫師專長介紹、停車資訊說明、貼心提醒預防篩檢之重要性，為您的健康做把關、其他有關門診服務及相關就醫疑慮諮詢……等等多元化的服務，讓來院的民眾及病患得到正確的就診指引。

為了讓看診民眾有更便利的付款方式，特別增加信用卡繳費及eATM轉帳，未來更增設悠遊卡繳費之便民服務：宏其的用心，讓您更安心！





## 掛號作業流程

必備證件：身分證（戶口名簿）+ 健保 IC 卡

### Focus 初診掛號

- 1 本院提供初診病患預約掛號的服務，看診當日先至一樓號碼機處抽取號碼牌再至初診櫃檯。
- 2 填寫初診基本資料表按照號碼牌先後至櫃檯掛號，完成掛號手續後婦產科請至 2 樓衛教室測量血壓；兒科請至 2 樓兒科服務台測量體溫及體重後，再至診間外候診。



### Focus 複診掛號

- 1 複診掛號可利用【網路掛號、語音掛號、人工掛號方式預約】。
- 2 預約後，請於看診當日先至掛號櫃檯完成報到手續。

### Focus 初診櫃檯服務

提供老花眼鏡供年長者使用，並有志工協助初診病人完成資料填寫



## 住出院辦理服務

### Focus 住院服務

住院時請攜帶健保 IC 卡、身份證明文件以便核對。



1 填寫住院同意書

2 主動告知特約停車場位置

### Focus 出院服務

待醫師確認病情穩定後，請持繳費通知單至 1 樓出院櫃檯繳費



## 轉診服務

- 1 轉入：原診治單位開立轉診單給病患→病患持轉診單及健保 IC 卡、身分證至 1 樓轉診櫃檯報到→專人協助掛號→專責人員回覆報告
- 2 轉出：主治醫師開立轉診單給病患→專責人員追蹤病患轉出動向→專責人員將他院回覆轉診單整理及歸檔。





## 繳費服務

本院付款方式除現金付款外，亦提供更便民的信用卡及eATM繳費

### Focus 信用卡繳費

免手續費，不限定刷卡金額 **待補卡除外**



### Focus eATM轉帳服務

合作金庫卡友免手續費，他行手續費一律 10 元



## 診斷書 · 病歷影本申請必備文件

申請人	必備文件
本人	本人身分證正本或健保卡
法定代理人	1. 法定代理人身分證正本 2. 病人健保卡或身分證正本(戶口名簿)
經授權代理人	1. 病人身分證正本 2. 至本院網站下載病歷資料複製申請單。 3. 代理人身分證正本 註：病人如為未成年，須備法定代理人身分證正本、法定代理人與病人關係證明文件(戶口名簿或身分證)、受託人身分證正本



## 預防篩檢把關

當您掛號時，櫃檯人員讀健保卡為您把關，提醒您定期防癌篩檢的重要。



### Focus 本院提供免費 4 項癌症篩檢

子宮頸癌篩檢、乳癌篩檢、大腸直腸癌篩檢、口腔癌篩檢(篩檢對象依國健局之規定)

篩檢項目	年 齡
子宮頸癌篩檢	30歲以上，每年篩檢一次
乳癌篩檢	45-69歲，兩年篩檢一次
大腸直腸癌篩檢	50-75歲，兩年篩檢一次
口腔癌篩檢	30歲以上，有抽菸或嚼檳榔，兩年篩檢一次

## 櫃檯貼心服務



親愛的，恭喜你  
要當爸爸囉！

# 幸福的旅程 從二條線開始

欲知懷孕的第一步驟，就是驗孕；新生命的到來令人滿欣歡喜且期待，但要確定是否「正常懷孕」，就需倚靠後續之產前檢查，這對準媽咪而言更是不可疏漏。特別企劃一系列之產前檢查及說明，提供準媽媽們聰明產檢的指南。 文/婦產科門診



## 確定懷孕位置，提早診斷

通常女性正常生理週期超過7至10天時，就要注意是否有懷孕的徵兆，例如：常感覺反胃且有嘔吐現象、突然改變口味、容易疲倦等。

驗孕的方式較為簡易，可自行購買驗孕產品或至醫院門診檢驗，即可得知驗孕結果，一般市售之驗孕產品大多準確性頗高；另外抽血檢驗的方式，大多利用在人工生殖

方面或子宮外孕的追蹤。

在驗孕呈陽性結果時，可至醫院做詳細之檢查，以確定胚囊是否有心跳並著床在正常子宮內，此可依照時間例行產檢，約8至9週時可領取媽媽手冊；若胚囊內無心跳，稱為萎縮性胚囊，必須施行子宮刮搔術；若胚囊未著床在子宮內，稱為子宮外孕，大多發生在輸卵管、壺腹部等最常發生，子宮外孕之胚囊無法正常持續發育成長，同時亦可能引起母體的傷害及危險，必須做腹腔鏡手術，手術傷口會較疼痛，盡量不要提重物，避免增加腹部的施力，而引起傷口裂開出血，手術施行後建議間隔3個月至半年可再次懷孕。



# 產前檢查流程大解析

繁雜的產檢流程，常讓孕媽咪感到暈頭轉向的；此文介紹本院產前檢查的流程，讓孕媽咪更能掌握檢查動向，讓產檢更easy!



1

圖1 在櫃檯出示健保IC卡、媽媽手冊、預約單



2

圖2 再至2樓衛教室旁做例行產檢項目：

- \* 身體檢查：體重、血壓  
了解孕婦的身體狀況、孕期體重、血壓數據都能做為往後各項檢查及診斷的依據。
- \* 尿液檢查：測尿糖、尿蛋白  
尿液檢驗在懷孕初期第一次產檢時會先做一次，檢查泌尿道是否有感染，之後每次產檢都要用尿液試紙檢驗尿糖、尿蛋白，以確認是否罹患妊娠糖尿病或妊娠毒血症



3

圖3+4 門診診療+超音波檢查

醫師可經由問診及初步檢查，了解孕婦的身體狀況，以便對未來孕期的突發狀況作最好的照顧及治療。



4

超音波檢查：  
在一般產檢時所做的超音波僅看胎兒大小、胎兒數、胎位、胎盤位置、羊水量、預產期估計以及較易看到的大畸形。對於具有特殊病史的產婦，或一般產檢超音波檢查有疑問的病例，則需做高層次超音波檢查。



5

圖5 門診護理人員給予批價單及預約單



6

圖6 提供諮詢服務

獨立衛教室，衛教師團隊提供諮詢服務與護理指導。



7

圖7 血液檢查

血液檢查的眾多項目主要是在了解孕婦的血型、貧血與否、血球大小及其他病毒感染情況。

內容：驗血型、測量血紅素、紅血球、白血球數目、AIDS病毒、梅毒、德國麻疹、B型肝炎等。

# 孕期產前自費檢查項目

為了使準媽媽與寶寶得到最完善的照顧，本院在每次產檢中均免費做一般性的超音波檢查；為確保胎兒及母親的健康，另提供產檢過程中各項可考慮自費之篩檢項目，讓孕媽咪有更Smart的選擇！若有任何疑問請洽詢本院衛教室。諮詢專線：(03)461-8888分機2206



## 唐氏症篩檢

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
11-13 <sup>6</sup> 週	第一孕期唐氏症篩檢 (NT頸部透明帶篩檢)	篩檢懷有唐氏症的機率 第一孕期唐氏症篩檢篩檢率：90%。	篩檢時段：《採預約制》 週一上午王漢州醫師、週一下午楊識弘醫師、週二下午楊識弘醫師 預約電話：03-4618888分機5515 鄭小姐或2206衛教室 ◎英國FMF認證及軟體授權第一孕期唐氏症篩檢醫師
15-20週	第二孕期唐氏症篩檢	四指標 二指標	篩檢懷有唐氏症的機率 四指標篩檢篩檢率：81-83%。 二指標篩檢篩檢率：50-60%。 可詢問您的產檢醫師建議。
12-20週	NIPT非侵入性胎兒染色體檢測	染色體異常或基因異常之胎兒	可詢問您的產檢醫師建議。
15-20週	胎兒神經管缺損檢查(AFP)	若第一孕期唐氏症篩檢為低危險群，仍應於第二孕期排除神經管缺損之可能(抽取母血)。	可詢問您的產檢醫師建議。



## 染色體篩檢

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
10-13週	絨毛膜胎兒染色體或基因檢查	染色體異常或基因異常的胎兒	高度懷疑胎兒染色體異常或特定基因異常(王漢州醫師)。
16-20週	羊膜穿刺檢查	檢查胎兒染色體異常	建議34歲以上產婦，母血唐氏症篩檢結果為高危險群、曾生育先天異常胎兒及有家族史，需篩檢這項檢查。
16-20週	羊膜AFP檢查	篩檢胎兒神經管缺陷	可詢問您的產檢醫師建議。
16-20週	羊水基因晶片檢查	檢查小片段的染色體缺失	可詢問您的產檢醫師建議。



## 妊娠糖尿病篩檢

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
24-28週	妊娠糖尿病篩檢	OG50 初步篩檢	口服50公克葡萄糖粉一小時後，測血中糖濃度。(做檢查前可進食不需禁食)
24-28週		OGTT 耐糖測試	初步妊娠糖尿病篩檢(OG50)血糖值若大於140gm%時，會更進一步做100公克耐糖測試(需禁食8小時)，以確定診斷。
28週以後		OG75 耐糖測試	口服75公克葡萄糖粉測血中糖濃度(需禁食8小時)，以確定診斷。建議所有的孕婦應在懷孕24-28週時接受此篩檢，以便早期發現，早期治療。



## 超音波檢查

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
20-24週	高層次超音波檢查	除了一般常規性超音波檢查外，可詳細檢查胎兒器官，每位胎兒均建議受檢。	採預約制，預約電話：03-4618888分機2206衛教室。 ◎高層次超音波門診時間，請詳閱每月門診時間表。
20-32週	4D超音波檢查	立體動態超音波檢查，在超音波螢幕上顯現立體動態影像，藉由立體的影像讓父母紀錄胎兒在子宮內的成長。	採預約制，預約電話：03-4618888分機5515鄭小姐或2206衛教室。 ◎4D立體超音波檢查會受限於胎兒姿勢不佳、母親脂肪厚度、羊水量不足或過多而影響影像的清晰。 ◎此項檢查非屬診斷性的醫療行為。
30-36週	高危險妊娠胎兒生理評估	<ol style="list-style-type: none"> <li>各種高危險妊娠情況： 子宮內胎兒生長遲滯（IUGR）、糖尿病（DM）、妊娠高血壓症（含慢性高血壓與子癩前症）、羊水過多症、其他高危險妊娠狀況等。</li> <li>胎兒篩檢結果不正常： 產科超音波檢查發現先天胎兒異常、杜卜勒超音波檢查發現胎兒臍帶血流異常及胎兒血管血流異常等。</li> <li>胎兒生理評估為確認： 胎兒窘迫的檢查，在妊娠期間提供1-2次為限。</li> </ol>	可詢問您的產檢醫師建議。



## 特殊檢查

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
12-20週	脊髓性肌肉萎縮症SMA基因檢測	SMA為肌肉萎縮的一種致命的遺傳性疾病，發病年齡從出生到成年皆有可能，利用基因檢測技術，篩檢帶因者。	曾經篩檢過者，就不須再接受此檢查
12-20週	X染色體脆折（FXS）帶因者篩檢	X為染色體脆折（FXS）為遺傳性疾病，發病年齡到成年皆有可能，利用基因檢測技術篩檢帶因者。	曾經篩檢過者，就不須再接受此檢查



## 必做篩檢

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
滿35週 未達38週	B型鏈球菌篩檢	避免胎兒經過產道時感染	剖腹產及陰道分娩者皆需篩檢



## 其他檢查

建議週數	建議檢查項目	篩檢目的	說明事項
10-13週	第一孕期子癩前症風險評估	早期評估可將早發型子癩前症之發生率降至最低，減少您孕期發生子癩前症的風險。	可詢問您的產檢醫師建議。
28-37週	早期破水檢測（安敏寧）	37週早期破水檢測減少產兒併發症發生。	可詢問您的產檢醫師建議。

# 懷孕中期、後期 特殊檢查介紹

產檢項目分為一般檢查項目，也就是每次媽咪前往醫院產檢時必做的常規性檢查。

特殊項目檢查包括：16-18週的羊膜穿刺檢查；24-28週的妊娠糖尿病篩檢；滿35週未達38週的B型鏈球菌檢驗等，在以下的圖文中我們將詳細介紹其內容與作用。



## Part 1 羊膜穿刺術

在腹部超音波之導引下，利用特殊長針細穿經孕婦之腹部進入羊膜腔，抽取約20c.c.的羊水。可診斷遺傳染色體異常(如唐氏症)及神經管缺損(如先天性無腦症、脊柱裂)等異常。應用羊膜穿刺術來偵測胎兒染色體異常的準確率可高達99%，是目前最常使用的產前診斷方法。

**檢查時機** 16-18週

**適合對象**

- 年齡滿34足歲以上。
- 母血唐氏症篩檢值大於1/270者曾經懷過或生育過染色體異常或神經管缺損的孩子。
- 本人或配偶有染色體異常或遺傳性單基因疾病帶因者。
- 家族有染色體異常患者或先天性異常患者。
- 超音波檢查懷疑有畸型或異常者。
- 有三次以上習慣性流產者。

**羊膜穿刺可怕嗎？**

本院採用每人一套拋棄式採檢包，使用完後即丟棄，整個過程在無菌狀態下執行，更能確保母親及胎兒之安全。

### 愛的叮嚀

1. 檢查當天宜盡量多休息，如靜坐或平躺；檢查當日可洗澡並取下腹部上OK繃。
2. 三天內避免腹部用力，如提過重物品、抱小孩等。
3. 檢查後有些孕婦會感覺腹部緊繃、輕微刺痛感，大約休息數天後會恢復，若仍有不適請立即返院就診。



## Part 2 妊娠糖尿病篩檢

「妊娠糖尿病」是指懷孕前未患糖尿病，而在懷孕時才出現高血糖的現象，其發生率約百分之2到4。

若未能及早發現妊娠糖尿病並予以控制，將容易導致巨嬰症，生產時發生肩難產或需要剖腹產的機會增加。

另外，若生產前血糖控制不良，將容易導致新生兒低血糖。因此建議所有的孕婦應該在懷孕24到28週時接受「妊娠糖尿病」篩檢，以便早期發現，早期治療。



### 篩檢方式 口服75公克葡萄糖耐受試驗

本檢查每隔1小時需抽血一次，連同喝糖水之前的一次，共要抽血三次。

- 第一次抽血（空腹）。  
喝糖水（糖水應於5分鐘內喝完，之後不可再吃任何東西，但可喝少量的白開水）
- 第二次抽血  
需喝完75公克糖水後剛好隔1小時。
- 第三次抽血  
需喝完75公克糖水後剛好隔2小時。

依據下列判讀標準，若有任何一個檢驗值異常，則確診為「妊娠糖尿病」。

正常值：

- 空腹：小於92mg/dl
- 兩小時：小於153mg/dl
- 一小時：小於180mg/dl

## Part 3 B型鏈球菌篩檢

B型鏈球菌(GBS)常見於女性泌尿生殖系統，多數帶菌婦女並不會發病，但有機會讓胎兒、新生兒暴露在感染源，以致將近1%新生兒發生感染，因而帶給新生兒極大的生命威脅危機，建議所有的孕婦在懷孕滿35週至未達38週前接受篩檢，以便早期發現，早期治療。

### B型鏈球菌受重視的原因

- 孕婦本身雖然不會發病，但卻可能垂直傳給小孩。
- B型鏈球菌與早產、低體重、早期破水皆有關聯。
- 造成新生兒感染、敗血症及新生兒腦膜炎
- 死亡率高達5%，其中腦膜炎還會留下智能發展遲緩等後遺症。

### 篩檢方式

醫師利用無菌棉棒採取陰道及肛門兩處分泌物

### 愛的叮嚀

檢驗結果為GBS陽性者，於待產時會使用預防性抗生素，預防新生兒感染。



# 超音波 3 步曲

## 檢查胎兒有無特殊異常

恭喜你！即將要和寶寶做第一次的親密接觸了，看著寶寶動動手腳、眨眨眼、吸吮手指頭…等動作，都令新手爸媽們感到歡欣及窩心。

寶寶在媽媽肚子裡健康的長大，是所有父母最期待的事情，超音波的圖像都必須經由醫師的解說，才知道胎兒的頭臉、四肢該如何分辨；超音波的目的是檢查胎兒的胎位是否正確，以及身體是否有結構上的異常，以下圖文介紹超音波檢查的作用及說明。

### Step 1 → 第一孕期唐氏症篩檢

檢查之目的主要是超音波檢查及母血血清檢驗。超音波檢查測量胎兒實際大小及胎兒頸背部組織與皮膚空隙厚度，稱之為頸部透明帶（此項檢查約須 15-20 分鐘）。

抽取孕母血液檢驗分析兩種生化血清項目，包括：母血清離型乙型人類絨毛性腺激素 (Free  $\beta$ -HCG) 及妊娠相關血漿蛋白-A (PAPP-A)，某些孕婦其胎兒是唐氏症或三染色體 18 與 13 之異常，其超音波測量之胎兒頸部透明帶將可能增厚，孕母兩種生化血清值將高於或低於平均值。我們將組合您的年齡、測量胎兒實際大小及頸部透明帶、血清檢驗等數據，以電腦程式計算您懷孕中胎兒的風險機率值，此篩檢偽陽性低，且偵測率高達 90%，一般在 20-30 個羊膜腔穿刺術中，就可發現一個唐氏症胎兒。



#### 檢查時機

11-13<sup>+</sup>6 週

### Step 2 → 高層次超音波檢查

係指有特別需要針對胎兒畸型所做的特殊檢查，需由具特殊專長知識及操作高層次超音波技術之醫師檢查，可藉由高層次彩色超音波找出約有 80% 重大胎兒先天性畸形，如先天性心臟病、水腦、水腎、肢體缺陷、唐氏症、脊椎、胃、腎臟、膀胱、臍帶血管狀況以及胎盤植入的位置等，精確診斷早期篩選異常，真正為優生保健把關。

#### 檢查時機

通常是在 20-24 週檢查，此時期胎兒大小適中，易於檢查細部構造，但是有些情形在週數比較大也須要檢查。



## Step 3 → 高危險妊娠胎兒生理評估



### Q1 何謂高危險妊娠胎兒生理評估？

胎兒生理評估(FBPP)，在妊娠後期照顧時，是非常重要的參考依據。主要是用來判斷媽媽子宮內的環境，是否已經不適合胎兒生長，而且到了非生產不可的地步；但評估的結果無法做長期的預測，如果胎兒生理評估的分數正常，胎兒在一週內發生死胎或嚴重胎兒窘迫的機會很小，但若如果胎兒生理評估的分數不正常，則可能需要密集監測、或提早生產。

胎兒生理評估適用於妊娠的後期，可以幫助醫師評估胎兒此時的生理狀況，一般孕婦可以在家自行計算胎動的方法來評估。醫師再參考其它的參數，以決定進一步之處置。

### Q2 胎兒生理評估的項目有哪些？

評估的項目共有五項，分別是：胎兒呼吸運動、胎動、胎兒張力、羊水量、和非壓力試驗。

各單項如果正常，各給 2 分，如果異常，則給 0 分，滿分是 10 分。其中前四項是由醫師以超音波診斷(胎兒呼吸運動、胎動、胎兒張力、羊水量)；最後一項，需要裝上子宮胎兒心跳監視器持續監視 20 分鐘(非壓力試驗)，才能做出判斷，因此相當地耗費時間。

胎兒生理評估計分表(滿分10分)

項 目	分 數	
	正 常	異 常
胎兒呼吸運動	2 分	0 分
胎動	2 分	0 分
胎兒肌肉張力	2 分	0 分
羊水量	2 分	0 分
非壓力試驗	2 分	0 分

# 聰明媽咪健康吃

# 孕期營養

# 補充3階段

孕期營養與胎兒發育及智力息息相關  
媽咪懷孕後，對營養素的攝取會  
特別注意，深怕會影響胎兒成長  
，建議適時補充食物額外的營養  
以達到營養均衡的效用



營養補充諮詢：請洽宏其婦幼醫院藥局

## 孕期媽咪 3 階段，該如何補充額外的營養呢？

### 1 懷孕第一階段 初期 1-3 個月

## 葉酸

懷孕初期是胎兒發育的重要階段，提醒孕媽咪們多補充葉酸，以避免間接影響胎兒在發育過程中，增加胎兒罹患先天性神經管缺陷等嚴重傷害的機率；媽咪自身若沒有補充足量的葉酸，易造成貧血、暈眩、黑色素沉澱、情緒低落等症狀。

#### ◎葉酸的主要功能：

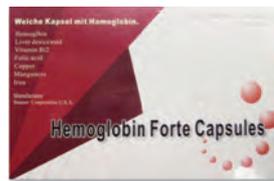
屬於水溶性維他命，負責人體內DNA的合成、胺基酸代謝及血紅素的合成。人體若缺乏葉酸，則容易會導致血清濃度下降、紅血球製造發生問題、貧血及生長遲緩等症狀，也會增加腦中風與心臟病等疾病的風險。



### 2 懷孕第二階段 中期 4-6 個月

## 鐵質

女性懷孕後，為了供給胎兒的成長，母體內需要的血液量開始增加，血紅蛋白的需求也跟著上升，在孕期更需攝取比平常多兩倍的鐵質，才能滿足胎兒和孕媽咪的需求。



## 鈣質

胎兒骨骼成長及未來牙齒健康的基礎，孕期媽媽必須大量攝取鈣質，補給胎兒發育所需的鈣質，同時保住自己的骨本，以免造成產後骨質疏鬆的危險，建議每日1200毫克攝取量。除牛奶之外，乳酪、黃豆製品、深綠色蔬菜、吻仔魚、沙丁魚、柳葉魚皆含有豐富的鈣質。



孕媽咪若無法盡量做到均衡飲食的話，在醫師的許可下，可藉由補充鈣片來彌補不足。

### 3 懷孕第三階段 後期 7-10 個月

## 鋅

懷孕期間鋅的攝取不足，容易影響體內胎兒新陳代謝，使胎兒的大腦發育受到損害。

注意攝取瘦肉、蛋、禽、海產品、牡蠣等富鋅食物，多吃蔬菜、水果、薯類，常吃奶類、豆類及其製品。



## DHA

懷孕最後三個月，胎兒腦部的DHA會增加3-5倍，為了讓寶寶的腦部發育及視力皆有良好的發展，孕期媽媽應攝取DHA含量較高的食物，例如：鯖魚、鮭魚、鮪魚、魚油膠囊中都可攝取到豐富的DHA。

孕媽咪在孕期會排斥魚腥味，可從魚油膠囊或是有添加DHA的孕期專用奶粉中攝取DHA。





# 溫馨主動的檢驗服務

本科的服務目標為提供最優質化的病患服務及提供臨床醫師即時且正確之檢驗報告，提供門急診、體檢、婚前健檢及病房的常規血液檢驗、生化檢驗、血庫檢驗 400 多項檢驗項目，從檢驗申請單的開立、結果登

錄、確認、查詢、統計、輸血等作業均由透過檢驗系統作業，目前月平均作業件數約為 1 萬 2 仟多件，每年不斷的發展新的檢驗項目，檢驗量也逐年增加。



## 檢驗科持續改善與增進目標如下列說明：

**1** 同仁接受檢驗專業知識與技術的在職培育教育訓練，強化檢驗專業技能。

**2** 落實感染控制與安全防護教育訓練，降低院內感染與針扎意外事件的發生。

**3** 鼓勵異常事件與檢驗危險值的落實通報，提升檢驗品質和病人安全。

**4** 考量病人的隱私與安全，重視檢體的採集與運送過程。

**5** 落實溫馨主動式的服務，提升民眾服務的滿意度

**6** 加強同仁對醫院地震火災的預防，與災害應變的危機處理之專業技能。



## 本院檢驗科之作業流程



1 醫師開立電腦醫囑單(檢驗單)



4 檢驗科執行檢體採集



2 樓批價處繳費

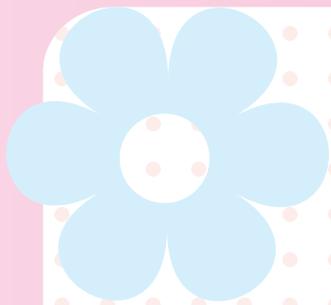


5 檢驗單位執行檢驗並核發報告



3 檢驗單位核對簽收與病患辨識





產前運動的選擇

# 孕媽咪輕瑜珈

瑜珈是一種學習的過程，學習身心靈和平相處的連結，而孕婦瑜珈就是學習讓自己與寶寶溫柔的連結，開啟正向能量交流，身心穩定的媽媽孕育健康性格穩定的快樂寶寶。

文/許玉緩 資深講師(親自為您示範)



## 瑜珈的功能介紹

- 強化肌肉彈性與力，增加平衡、美化身型
- 增強脊椎的 彈性與骨盆的支撐力。
- 提昇免疫力，有效降低過敏發生。
- 穩定身心靈、強化連結、提高抗壓性



## 為什麼要學習孕婦瑜珈？

準媽媽的您即將面對：

1. 子宮與陰道  
妊娠初期子宮的適應力與陰道分泌物增加
2. 乳房的變化  
乳房脹痛、敏感、色素沉澱
3. 頻尿
4. 懷孕初期味覺改變、噁心感、嘔吐
5. 皮膚騷癢、色素沉澱
6. 疲倦、不安、腰痛、便秘
7. 下肢水腫、抽筋
8. 妊娠紋

好多的挑戰等著我們，除了定期產檢，平時可以多多練習孕媽咪瑜珈，可以有效減輕不適，讓我們當一個健康美麗的俏媽咪



### 愛的叮嚀

1. 請準媽媽懷孕滿三個月後開始練習。
2. 每日練習時間為20-30分鐘。
3. 若有子宮頸閉合不全及早期宮縮及前置胎盤，早產病史及早期出血請勿練習。

## 孕婦瑜珈步驟解說

### 充電 呼吸式

**Tips** 呼吸乃生命之起源，有效的呼吸可提昇生命能量，穩定自律神經，消除緊張準媽媽的呼吸愈平穩、愈緩和，寶寶的氧氣供應愈充足、愈穩定，所以孕婦瑜珈的靜坐一呼吸冥想，乃是準媽媽您必修的科目。



**Step 1** 吸氣，兩腳與肩同寬，雙手往上延伸



**Step 2** 吐氣，雙手慢慢放下，雙腳呈蹲馬步姿勢。

## 側身 弓箭式

**Tips** 訓練大腿內側肌耐力，疏緩孕期腰部不適，伸展腋下淋巴循環，增強排毒。



**Step 1** 吸氣，雙腳與肩同寬，單腳微彎，呈弓箭步



**Step 2** 吐氣，單手往上延伸，身體微側彎，伸展腰肩。

## 雙腳 打開

**Tips** 增加髖關節彈性，大腿肌力訓練  
(38週後練習)



**Step 1**  
吸氣，雙腳微張，此姿勢可放鬆骨盆，有利自然產程進展。



**Step 2**  
吐氣，慢慢前傾彎身，保持深呼吸

## 貓式伸展

**Tips** 增加脊椎彈性，準媽媽必作，有效減輕腰痛(整個孕期皆可)



### Step ①

吸氣，抬頭，收縮背部肌肉



### Step ②

保持5秒鐘吐氣，垂下頭，拱起脊柱，再保持5分鐘，兩臂伸直，垂直於地面。

## 瑜珈球的運用

**Tips** 減輕腰痛、舒緩不適，增加大腿內側肌耐力。



## 淋巴拍打式

**Tips** 促進淋巴排毒系統，增進循環，減輕水腫。



愉快的心情，以及完整的孕期產檢，加上每日花少許的時間練習輕瑜珈，讓每一位準媽媽都能有一個完美懷孕新旅程！