

高齡產婦不用愁



婦產科專科蔡柏霖醫生表示唐氏綜合症的檢查有時間性限制，孕婦宜盡早預約，以免檢查額滿錯過檢查。

對於「高齡」這兩個字，不少女性都會談虎色變；更有一些人把「高齡產婦」當成「高危」的代名詞。但是，被納入「高齡」之列，卻活得神清氣爽、光彩亮麗的女性大有人在，究竟「高齡」怎樣才算高？而怎樣才能確保高齡產婦和胎兒的健康？

婦產科醫生蔡柏霖表示，醫學上來說，高齡產婦是指35歲以上的懷孕婦女。無論懷的是第一胎，還是曾經分娩，只要年齡上符合，便能稱作高齡產婦。不過，高齡產婦的定義是五十年代末定下的標準。從前，35歲已曾多次分娩的女性很多；時移勢易，女性工作機會增加，經濟獨立，很多家庭都延後結婚生子的計劃。不少婦女較遲懷孕分娩，「高齡」兩個字，也顯得有點過時。

可測度的風險

高齡產婦無論是否第一胎，都比年齡較低的產婦承受更多風險。但如果是第一胎的話，便要格外小心留神。高齡孕婦所要面對的風險，主要是胎兒較有可能患上唐氏綜合症。唐氏綜合症是由於先天染色體異常引起。隨著孕婦年齡的增加，受精卵子出現染色體異常的機會便越大，胎兒患上唐氏綜合性的可能亦越高：35歲孕婦的胎兒患有唐氏綜合症的機率是1/350，而40歲的則增至1/100。

除了唐氏綜合症，高齡產婦所面對的其他風險，包括流產、妊娠高血壓和糖尿病。因為受精卵子和生殖器官功能的問題，高齡孕婦流產的機會較其他孕婦為高。

而且，因為高齡孕婦年紀較大，普遍來說健康較年輕的產婦為差，患上妊娠高血壓和糖尿病的機會也較高。如果孕婦在高血壓的同時，還有蛋白尿的徵狀出現，就有可能是子癇先兆，必須從速就醫處理。

以上的風險雖然說來可怕，但是只要貫徹地進行定期檢查，能及早發現問題徵狀，盡快治療和處理，那麼孕婦所需承受的風險便能大大降低。

唐氏綜合症檢查

針對唐氏綜合症的檢查，可分為入侵性檢查與非入侵性檢查兩種。入侵性的檢查準確性較高，但是有導致流產的風險；而非入侵性的檢查準確性較低，但是較為安全。入侵性檢查則包括抽絨毛或抽羊水，近乎完全準確；非入侵性檢查包含度頸皮和孕婦血液荷爾蒙分析，準確度可達九成，而為了兼顧安全性與準確度，亦出現了一些綜合性的篩選方法。

其中一項較新的篩選方法名為早孕一期一站式唐氏綜合症篩查，簡稱OSCAR (One-Stop Clinic for Assessment of Risk)。孕婦先在懷孕11-14周，透過超聲波量度胎兒頸皮的厚度，然後在同日抽血化驗，配合孕婦的年齡及懷孕周數，經電腦計算出胎兒患有唐氏綜合症的機會率。化驗室會以1/300作為基準，如機會率高於1/300則被評為陽性(高危)，機會率低於1/300則被評為陰性(低危)。

醫生和孕婦將會根據這個結果討論是否作進一步的確診檢查，以確定胎兒是否患有唐氏綜合症。一般而言，結果屬高風險的孕婦會作進一步的檢查，檢查的方式可選擇抽絨毛或抽羊水。抽絨毛可在懷孕11-14周時進行，增加1%的流產風險；而抽羊水則在懷孕16-20周時進行，增加0.5%的流產風險。由於這兩種檢查方式會把所抽出細胞內的染色體排列出來，觀察是否有異常情形，所以檢查的準確度也更高，近乎完全準確。

陽性篩查報告(高危)只意味胎兒有唐氏綜合症的風險較高，大部份的胎兒不會有唐氏綜合症。不同的家庭因為有不

同的價值觀，背景及宗教信仰，對於檢查的接受程度也各有不同。有些準父母不能接受入侵性檢查的風險，而決定不作進一步的檢查；而有的準父母年齡較大，覺得與其作有一定錯誤率的檢查，擔驚受怕，倒不如進行更確定的抽羊水檢查。基於種種不同情況，孕婦和醫生之間的溝通就更為重要，只有通過良好的溝通和充分的瞭解，才能為孕婦和胎兒作出最好的抉擇。

高血壓及糖尿病檢查

除了針對唐氏綜合症，其他高齡孕婦易患上的疾病，也可做相應的檢查。對於妊娠高血壓，定期的產前檢查可有效地篩查異常的血壓度數及尿蛋白。對於妊娠糖尿病，則可在懷孕24-28星期間作較詳細的口服耐糖測試(OGTT)：孕婦在此測試前空腹12小時，經過驗血，再按指示飲用葡萄糖水，然後接受血糖測驗。

無論在懷孕前還是懷孕期間，高齡產婦如果做好準備，調養好身體，亦可減風險，使自己和家人更加放心。

在懷孕前，準孕婦可先做好身體檢查，確保身體健康。尤其是如果家族中曾有人患有糖尿病、高血壓等症，就更要留意。如果不幸發現患有這些疾病，便要跟從醫生指示，努力把病情控制好，再擬定適當的懷孕計劃，使妊娠時期的身體變化，不致於嚴重影響自身和胎兒的健康。

在受孕後，則該儘早登記檢查。因為不少孕期檢查都有時間性的限制，如果過了特定時期，可能無法再準確預測結果。例如針對唐氏綜合症的OSCAR檢查，量度頸皮的部分便要在懷孕11-14星期內進行。尤其是近年香港對婦科醫療的需求大增，資源不足，很多檢查的預約都快速滿額，要確保能夠如期檢查，便要儘快行動。

分娩後，高齡產婦的調養和普通產婦大致上並無分別。只要好好休息和照顧身體，也能和普通產婦一樣迅速恢復健康。

支持計劃最重要

有部分高齡孕婦是在意外的情況下懷孕，這一方面可能是個意外之喜；另一方面也使不少準爸爸、準媽媽感到憂心萬分。遇到這種情形，最重要是作好心理準備，去迎接新生命的降臨，決定了繼續懷孕，就要儘早預約定期檢查。因為高齡孕婦所面對的風險較高，做好萬全準備，對孕婦和BB的健康都有保障。

另外，丈夫和家人的支持亦不可或缺。對孕婦而言，心理和生理的健康都同樣重要。孕婦心裡的不安與實際上的健康問題有關，如果有可靠的親人在身邊分擔解決，便能夠減少孕婦承受的壓力，使她更容易積極面對懷孕所帶來的種種變化。

Baby

懷孕的時機

什麼才是懷孕的最佳時機呢？儘管科學告訴我們生理上最佳的懷孕時機，是女性二十至二十九歲的時期，屬於這年齡區域的孕婦，較容易生出足磅、足月和健康的孩子。不過實際生活中，每個人的性格、環境、工作、教育程度、經濟狀況都各有不同，考慮因素不一，所以最佳的生育年齡實在難以一概而論。

唐氏綜合症檢查

	量度頸皮厚度及驗血	絨毛球活檢(抽絨毛)	羊膜穿刺術(抽羊水)
檢查的時間	懷孕後11-14星期	懷孕後11-14星期	懷孕後16-20星期
檢驗性質	非入侵性	入侵性	入侵性
增加流產風險	不會	1%	0.5%
分析性質	患病機率評估	細胞分析	細胞分析
準確性	九成	接近100%	接近100%

資料提供：婦產科專科蔡柏霖醫生