

# 你认为我可能会流产吗？如果开始出血，我该怎么办？

## DO YOU THINK I MIGHT MISCARRY? WHAT DO I DO IF I START BLEEDING?

### 为什么会出现这种情况？

#### Why does it happen?

大约六分之一的孕妇会流产（也称为自然流产）。发生这种情况通常是因为胎儿没有正常生长或发育。通常您无法采取任何措施来防止这种流产，并且您并没有做错任何事情。有一些罕见的（病症），例如胎盘下血肿（胎盘下有血块）或宫颈功能不全（宫颈过早逐渐张开），这些情况可能可以通过卧床休息得到成功治疗。大多数时候，无论您做什么；都无法阻止流产。

### 有哪些警示迹象？

#### What are warning signs?

流产的第一个迹象是出血和绞痛。有些女性在孕程中可能会出现一些轻微出血和轻微绞痛，而这些是无需担心的，因此如果发生这种情况，请不要惊慌。您可能不需要上床或去急诊室，但在咨询医生之前的几天时间里，请放松心情。

2021年3月

通常我们建议您避免做繁重的工作，并且在接受检查之前不要发生性行为，但没有科学证据表明这有帮助。医生检查以及可能的超声波检查之后，您会从医生那里得知以下三个结果之一：

- 您的胎儿可能正在成长，您可能会恢复到正常的活动中。
- 您可能患有一种罕见的病症，需要卧床休息和特殊治疗。
- 您可能在流产。

不幸的是，可能需要进行更多检测才能确定您属于以上哪种情况，例如要在 1-2 周后复查。

**如果您出血过多，超过正常月经量，出现无法应对的严重绞痛，或者您感到头晕或昏厥，您应该立即前往最近医院的急诊部。**

### 我能做什么？ What can I do?

如果您因妊娠发育不良而流产，则无法阻止。流产是身体的自然过程，很少有危险。对于大多数女性来说，这个过程会从少量出血开始，并且可能会出现轻微的绞痛。出血量会比月经时的出血量多，并且绞痛可能会变得非常强烈。使用热水袋可能有助于控制绞痛。

您可以服用对乙酰氨基酚 (Tylenol) 或布洛芬 (Advil) 来止痛，或者您的医生可能会开出更强效的止痛药。流出血中可能包括大的、深红色的血块，还可能有一些妊娠组织。它通常看起来呈米色或灰色，而不是红色。一旦妊娠组织排出，绞痛通常就会消失，您会感觉好一些。之后，您会像正常经期那样出血。您的下一次月经可能会晚一点，但应该会在 6 周内恢复。

有些女性可能需要去医院进行扩宫和刮宫，如果绞痛严重、出血严重、有感染迹象或妊娠组织没有全部排出。对于大多数女性来说，这种小手术需要先进行全身麻醉，然后将子宫内膜组织移除。

感染迹象或妊娠组织没有全部排出。对于大多数女性来说，这种小手术需要先进行全身麻醉，然后将子宫内膜组织移除。

流产是一个悲伤、令人不悦的经历。您可以向某个人倾诉您的感受。如果您无法应对或需要帮助，请告知您的家庭医生。

如需支持，请访问 [emptycradle.bc.ca](http://emptycradle.bc.ca)

### 我什么时候应当致电医生？

#### When should I call the doctor?

如果出现以下情况，请致电诊所医生、家庭医生或前往医院：

- 每小时要使用 2 个以上完全湿透的卫生巾，持续超过 3 小时。
- 简单的措施（例如使用加热垫）不足以控制绞痛，而且止痛药不起作用或者疼痛超出您的承受能力。
- 相隔半小时的两次体温读数超过 38 摄氏度或 101 华氏度。



Noakes Clinic

Simplified Chinese