

# 什麼是 產前保健？

**SAN FRANCISCO  
HEALTH PLAN™**



*Here for you*

- 產前保健是您懷孕時獲得的醫療保健。
- 如果您認為您已懷孕，請盡快去您的醫療提供者處就診。這對您和您嬰兒的健康非常重要。
- 在懷孕的前 6 個月，您的醫療提供者可能希望您每 4 週到診一次，並且在最後 3 個月增加到診次數。

## 您的產前就診內容

您的第一次就診時間將是最長的。在此次就診中，醫療提供者將：

- 檢查您的身高、體重和血壓
- 預定產前血液測試
- 檢查您的尿液
- 告訴您您的懷孕歷程進度
- 查看您和您家族的醫療和社會歷史
- 給您進行一次健康檢查
- 向您講解帶葉酸的產前維他命
- 讓您計劃您下一次的就診預約



## 進行所有產前就診時

- 檢查您的血壓、體重、尿液和一般健康狀況
- 檢查您嬰兒的心率和成長情況
- 您應該問問題。不要害羞！

## 產前測試

您可能會接受這些類型的測試：

- 血液測試
- 性傳播疾病測試
- 檢測嬰兒健康問題的測試
- 超聲波 — 可能在大約 3 個月時進行此測試，並且於大約 5 個月時再進行一次測試

## 當您懷孕時，無論何時，如果您有以下情況，請立即致電您的醫療提供者：

- 您的羊水破了或漏羊水
- 您的陰道有任何出血現象
- 您在一個小時內的痙攣或宮縮的次數多於 4-6 次

如需更多資訊，請撥打 **1(415) 547-7800**  
致電客戶服務或  
造訪 **[www.sfhp.org](http://www.sfhp.org)**  
**24/7 免費護士幫助專線 1(877) 977-3397**

改編自：產前照顧

**[www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org)**