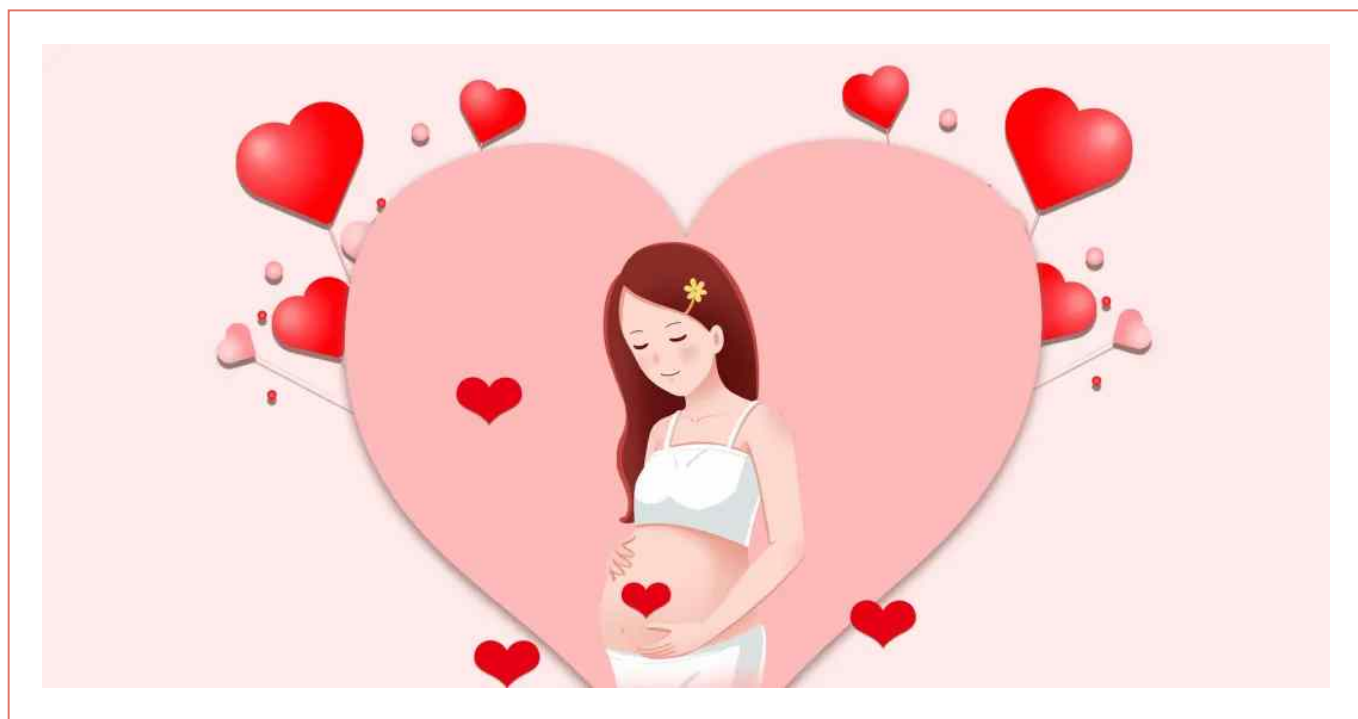


【科普】羊水破了，怎么办？

台州市立医院 2021-12-01 16:13

—— 点击蓝字，轻松关注   ——



妈妈们在生小宝宝之前
都要经历羊水破了这一关卡
但是很多妈妈经常把羊水破了
误以为是自己漏尿了
这是怎么回事？



#1 什么是羊水？

来自台州市立医院的**产科副主任医师刘颖**介绍：羊水是指怀孕时充满在羊膜腔内的液体，而胎儿就在羊膜腔内发育成熟。

羊水的作用：

- ① **保护胎儿：**适量的羊水对胎儿有保护作用，可避免胎儿受压，防止胎体畸形、胎肢粘连；保持羊膜腔恒温；促进胎儿消化道和肺的发育；临产宫缩时，可避免胎儿局部受压导致胎儿窘迫。
- ② **保护母体：**减少胎动产生的不适感；临产后，前羊水囊可协助扩张宫口及阴道；破膜后羊水冲洗阴道，减少感染机会。

羊水量异常会对母儿产生不良影响：

- ① **羊水过多：**容易发生胎膜早破、早产、胎盘早剥、产后出血等，还可能出现胎位异常、胎儿窘迫。破膜时羊水流出过快会导致脐带脱垂或者胎盘早剥等。



- ② **羊水过少：**发生于妊娠早中期，容易出现胎儿结构异常。常伴胎儿生长受限，容易出现胎儿窘迫，甚至出现死胎等。围产儿病死率明显增高，手术分娩率和引产率均增加。



#2 羊水自检有方法

椒江的新手妈妈徐女士摸到床单是湿的，以为是自己漏尿了，结果到医院一看，是羊水破了。

为什么会把羊水破了误认为是漏尿呢？刘颖医生解释说因为怀孕之后，身体会发生变化，像盆底肌的承受能力会发生改变。一咳嗽，一打喷嚏或者腹部一用力就会漏尿。羊水同样是从下身流出来，但两者不同。

羊水和小便的不同：

小便大多偏淡黄色，带有腥臊味；

羊水无色无味，一般量较多，羊水流出无法控制

刘医生提醒

如果宝妈不确定是不是羊水破了，建议及时到医院检查。



#3 羊水颜色要警惕

妊娠早期，羊水为无色澄清液体，是透明的。足月时，随着胎儿的成熟，羊水变得略混浊、不透明。此外，胎儿可在宫内排出胎粪造成羊水胎粪污染。

羊水污染分3度：

- ① I度：淡绿色
- ② II度：黄绿色、浑浊
- ③ III度：稠厚、呈棕黄色

另外羊水如果呈现脓性或带有臭味，则提示有宫内感染的可能。

关于羊水污染

胎儿宫内缺氧可能促发胎儿排出胎粪，但影响胎粪排出的最主要因素是孕周，孕周越大羊水胎粪污染的概率越高。有些高危因素，比如妊娠期肝内胆汁淤积症，也会增加胎粪排出的概率。

10%-20%的分娩中会出现羊水胎粪污染。如果发生羊水污染，需警惕胎儿宫内窘迫，但不能仅靠羊水污染一项指标来判断，需结合胎心监护等检查来综合判断。



#4 羊水破了就是要生了吗

在正常情况下，破水并不会在临产前发生，一般发生于第一产程宫口近开全或开全的时候。随着产程进展，宫缩持续增强，羊膜腔内的压力达到一定程度时，胎膜会自然破裂，羊水才会流出。

刘医生说，如果胎膜破裂发生于临产之前，一般称之为“胎膜早破”，或者“早破水”。

按发生破水的孕周不同，可将胎膜早破分为足月早破膜（妊娠满37周）和未足月胎膜早破（未达到37周）。不同孕周的胎膜早破处理的方式是不同的。

胎膜早破后，阴道内的病原微生物容易上行，发生感染。破膜时间越长，发生感染的概率会越大。

如果并发绒毛膜羊膜炎（羊膜腔感染）时，容易引起新生儿肺炎、颅内感染、败血症、产后出血、感染等。

如果是突然的胎膜破裂、羊水流出，有时还会引起凶险的胎盘早剥、脐带脱垂等紧急情况，导致胎儿窘迫甚至胎心消失。

未足月胎膜早破是早产的主要原因之一，早产儿的预后与破膜发生及分娩孕周密切相关。破膜时孕周越小，胎肺发育不良的风险越高。羊水过少程度重、时间长，可能出现胎儿受压的表现，导致胎儿骨骼发育异常。

刘医生提醒

一旦出现早破水的情况，应尽快送往医院，采取措施。



#5 羊水破了怎么办

避免站立，可取侧卧位，赶紧送医院

羊水流出过多，容易出现各种并发症，甚至给母亲和胎儿带来严重的影响，所以发现羊水破了之后，要沉着，不要慌。

在确认羊水流出时，特别注意是否有条索状物（脐带）一起脱出来，第一时间要减少站立，可以躺在沙发或者床上。

如果没有条索状物脱出，孕妈应排空膀胱，这样可以减少羊水流出。同时要抓紧就医，在到达医院之前，尽量避免站立活动，尽可能减少羊水的流出，还要密切注意阴道出血、腹痛和胎动等情况。

注意卫生

发现羊水破了，应该注意保持外阴的清洁，防止感染。注意胎动的变化，以及有没有腹痛、发热的情况。

如果有垫卫生巾或者棉垫（有吸水性的相对清洁用品），一定要勤更换，以免细菌滋生，增加逆行感染的机会。



视频版戳这里





刘颖

产科副主任医师



擅长：在围产期保健、妊娠期合并症及并发症的诊治、高危孕产妇管理及危重孕产妇抢救等方面有丰富临床经验。

门诊时间：星期二上午，星期五、星期天下午



内容来源 | 阿福讲健康

编辑排版 | 宣传统战部

审核 | 李皖生



台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越