

胎心监护



胎心监护什么时候做？

妊娠 36 周以后，对胎儿畸形等筛查都已基本完成，我们已基本可以确定：我们怀的就是一个健康的宝宝了。这时候，我们观察的重点，变成了：监测胎儿在子宫内的状态是否良好。

因此，如果准妈妈孕期一切正常，医生通常会建议从怀孕第 36 周开始每周做一次胎心监护。但如果准妈妈有妊娠并发症，如糖尿病、妊娠高血压、羊水过多或过少、胎动减少等，可能根据情况从怀孕第 28-30 周就开始做胎心监护了。

胎心监测，主要目的是什么？

孕晚期，孕妈做胎心监护的主要目的是查看胎儿是否缺氧。因为这时候，胎儿已经比较大了，需求比较大；而此时孕妈的胎盘已经相对老化，供氧能力开始下降；两者处在一个矛盾的状态。因此，孕妈要特别注意：胎宝宝能否得到充足的氧气和养料，这也就是一——为什么要做胎心监护的原因。

配合胎心监护，医生一般会结合孕妈数胎动、超声检查着两项指标，综合来判断胎儿是否缺氧。

进行胎心监护前的 7 大注意事项

1. 做胎心监护前，可以吃点东西，刺激胎儿动得更多。
2. 如果做监护的过程中胎儿没有动，极有可能是睡着了，可以喝点水或者果汁，让胎儿动起来，也可以轻轻揉一揉肚皮，碰碰胎儿，让 TA 醒过来。
3. 胎心监护并不是越多越好，选择一天中胎动最频繁的时间段进行。

- ## 胎心监护怎么做？

准妈妈躺在仪器床上露出肚子，医生会把仪器上的两个探头，一个绑在准妈妈的子宫顶端，探测宫缩。另一个绑在胎儿的胸部或背部对应的位置进行胎心的测量。另外还有一个按钮，当准妈妈感觉到胎动时就可以按住此按钮，它就会发出声音，然后机器自动将胎动记录下来。每次胎心监护通常会持续 20-40 分钟。



医生和准妈妈可以通过胎心和宫缩的相应图形显示，看看胎儿动的时候心跳是否正常。专家说，胎心监护图上一般会有两条曲线，一条记录的是胎心率的变化，一条记录的是宫缩情况。

胎心率这条线，代表了宝宝的基础心率状态。胎儿正常的心率是在110次/分-160次/分之间，如果超过这个范围，就说明胎儿心动过速或心动过缓，就是一个异常状态。

需要注意的是，如果在胎心监护的 20 分钟内，宝宝的胎心有一个比较稳定的速度基线，并且你的宝宝至少有 2-3 次在活动时胎心率加快，比休息时的胎心率每分钟至少快 15 下，每次持续至少 15 秒，那么胎心监护结果就是正常的，或者叫“胎心监护反应型”。

如果胎儿活动时胎心率没有加快，有效胎动达不到2-3次，或者每次胎动时胎心率变化不大甚至下降，这表示胎儿的状况可能有异常（如缺氧或胎盘有问题等），这种情况被称为“无反应型”。准妈妈需要吸氧，过1个小时后再做一次胎心监护，或者去做其他进一

步的检查。



胎心异常的原因有哪些？

胎儿宫内缺氧；

孕妇发烧；

孕妇甲状腺功能亢进，本身心率快；

孕妇服用舒喘宁、阿托平类药物