

一、定義

1. 妊娠高血壓，指的是身體因為不能適應懷孕所引起的血液循環方面的變化，所產生的疾病，只有血壓升高，沒有合併蛋白尿、水腫，且生產後就回復正常，是孕婦易患的疾病當中相當可怕的一種。
2. 約有 5~6% 的孕婦會罹患妊娠高血壓，若罹患妊娠高血壓後，有可能產下發育不良的嬰兒，嬰兒還可能得到視力障礙等後遺症，嚴重時甚至危及胎兒和孕婦的生命。
3. 高血壓大部分出現在懷孕 20 週之後，是指在妊娠中血壓的收縮壓高於 140mmHg 或舒張壓高於 90mmHg，或妊娠後期之血壓比早期收縮壓升高 30mmHg 或舒張壓升高 15mmHg。不過血壓需要至少兩次間隔六小時以上的測量較能確定。
4. 雖然不是所有孕前患有高血壓的孕婦都會罹患妊娠高血壓，但她們確實比血壓正常的孕婦患病的機率更多，因此需要特別小心。

二、原因

確切發病原因目前尚不清楚，但比較普遍的看法是：胎盤組織的免疫能力低下、缺乏鈣質以及遺傳因素都有可能導致妊娠高血壓。

三、症狀處理

1. 給予藥物控制血壓，對於嚴重需住院且合併子癲前症的孕婦，醫師除給予口服降低血壓藥物外，也會給予硫酸鎂以預防痙攣的發生，不過血中鎂濃度必須維持一定治療水平，太低無效，太高又怕產生副作用，因此要經常抽血以測鎂離子濃度，以及注意孕婦深部肌腱反射，呼吸速率，及排尿量，亦可避免不必要的副作用。
2. 醫師選擇適當的時機生產胎兒肺部成熟後，或者產婦血壓控制不良，胎兒出現生長遲滯，臍帶或胎兒血流出現異常，都是需要生產的時機。

四、自我照顧

1. 按時產檢，並依醫囑服藥。
2. 避免吃太鹹的食物。多吃高蛋白、高鈣飲食。
3. 控制體重。
4. 早晚自行量血壓，有異狀應立即就醫。
5. 若出現頭痛、視力模糊、右上腹痛及嚴重水腫的現象，應立即就醫。