

胎動是反映胎兒健康正常的指標

大多數孕婦在懷孕第 16 至 24 週之間會開始感覺到胎動。

胎動的正常次數並沒有統一標準。每個胎兒的情況都各有不同。

從懷孕第 16 至 24 週起，您會感覺到胎動日漸頻繁，此情況會持續到第 32 週。

其後，胎動情況一般會維持在相若水平，直到胎兒出生以及整個分娩過程亦然。

為甚麼胎動如此重要？

胎動減少有時可能意味著胎兒出現缺氧情況。在少數情況下，胎動減少會最終導致死產（即在出生前死亡）。

因此，即使您的孕期一直順利或過往沒有任何問題，亦應盡快接受檢查。

倘若檢查後發現胎動仍然減少，我應該怎樣做？

請立即聯絡您的產科部。即使您在同一天較早時候已就診，或最近獲告知胎兒狀況良好，亦應立即求診。

不論這情況出現過多少次，都必須就醫檢查。

我對胎動的情況不太確定，只是覺得有些不妥。我該怎麼辦？

沒有人比您更清楚自己的身體和妊娠情況。

如果您覺得有任何不妥，請立即聯絡產科部，並表示您準備前往求診。即使您無法確切解釋為何覺得不妥，亦應求診。



如出現以下情況，請致電產科部並立即前往接受檢查：

- 胎動次數異常減少
- 胎動感覺比平時微弱
- 胎動已經停止

- 切勿拖延至第二天再去求診。產科部全天候 24 小時、每星期 7 天開放。無論日夜，您都可以隨時致電並接受檢查。

若您身在外地，可與就近的任何婦產科病房聯絡。

- 切勿嘗試用任何方法刺激胎兒活動。
- 切勿使用家用多普勒胎心儀、手提監測儀或手機應用程式來檢查胎兒心跳。即使您聽到胎心音，亦不代表胎兒狀況良好。

了解更多關於懷孕期間胎動的資訊



到達醫院接受檢查時，會有甚麼流程？

如果醫護人員沒有為您進行這些檢查和測試，請主動提出。向您的助產士或醫生出示本單張。

如果您的醫生或助產士希望進行不同的檢查，他們有義務解釋相關醫療原因。您仍然可以要求進行本單張中所述的檢查和測試。

懷孕 24 至 26 週

助產士或醫生將會：



監聽胎心音



詢問關於胎動的情況



檢查血壓



檢驗尿液



檢查孕肚尺寸

懷孕 26 週起

助產士或醫生還將會：



使用胎心音監護儀 (CTG) 監測胎兒的心跳和活動；該儀器會綁在您的孕肚上並顯示胎兒心跳。



隨後會有甚麼安排？

如果醫生或助產士有任何疑慮，他們會與您商討接下來的安排。

除非符合以下情況，您不應獲准離院回家：

- 胎動情況令您感到安心
- 各項檢測均顯示您和胎兒當時健康良好

如果檢測顯示異常，在未有明確計劃的情況下，院方不應讓您離院。

感謝以下機構支持本單張的製作：



請將意見反饋至 pregnancyinfo@tommys.org

Tommy's 的註冊慈善機構編號為 1060508 及 SC039280
審閱日期：2026 年 1 月。下次審閱日期：2029 年 1 月

了解更多詳情，請瀏覽
www.tommys.org/pregnancy-information