

患先兆子癇或妊娠高血壓之後的生活 (Life after preeclampsia or gestational hypertension)

TRADITIONAL CHINESE

懷孕是您未來健康的視窗

瞭解您的風險：在懷孕期間患有先兆子癇或妊娠高血壓的婦女，日後生活中患以下疾病的風險較高：



患高血壓的風險高出 4 倍



患心臟病的風險高出 2 倍



患二型糖尿病的風險高出 2-4 倍



患中風的風險高出 2 倍



患腎病的風險高出 4-8 倍



每 3 名婦女中就會有 2 名死於心臟病

您可以做什麼

您可以降低風險：有先兆子癇病史並不意味著您會患上心血管疾病。

您可以在今天就做出改變，讓明天更健康！



定期鍛煉



服用處方藥



飲食均衡
健康

為自己和親人
採用健康的
生活方式



在下次懷孕前
諮詢醫生