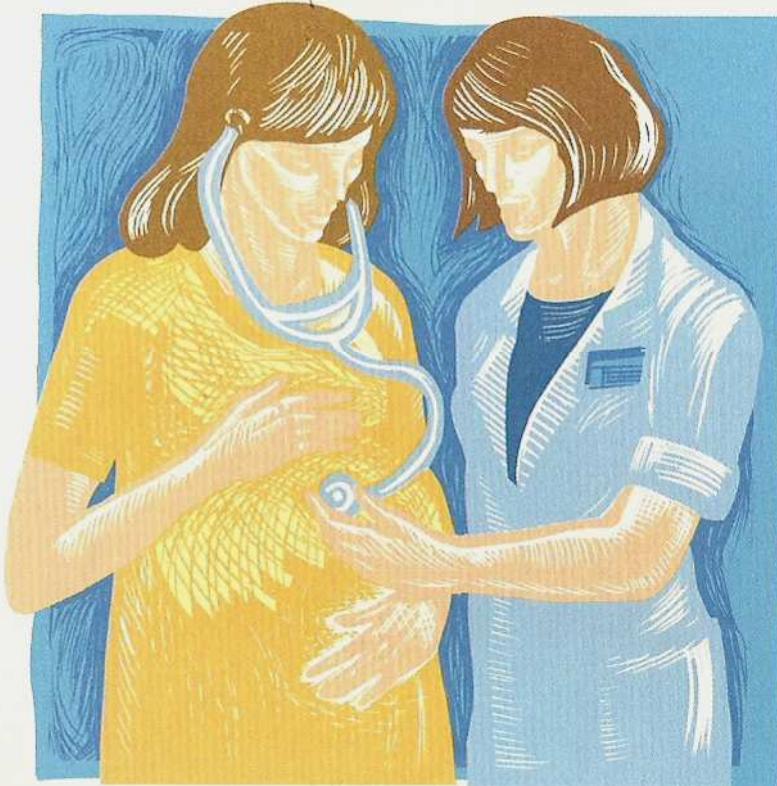


子宮內日記

作者：劉香吟

職稱：物理治療師

工作地點：台灣大學醫學院附設醫院



從懷孕的那一刻起，母體與胎兒便開始產生交集，共同成長與變化，展開了四十週的奧妙生命歷程。我們將其分為十期來介紹這獨特和奇妙的子宮內日記。

第一期（前四週）：當受精卵著床之後，會從子宮血管獲取營養，並迅速成長。授精後前八週稱「胚胎」時期。會在母體子宮內

的胚囊中受到妥善的保護；胚胎在此時期開始為形成將來的腦、脊椎和心臟做好基礎準備。

第二期（第五週至第八週）：在受孕七週左右，胚胎隱隱可區別出頭、軀幹和手腳，五官部分開始慢慢形成有臉的部分，胚胎的心臟、胃、肝臟和腸子等的內臟器官已經開始分化；但整個胚胎外觀仍沒有形成我們所熟悉的人形。此時期正在進行完成一個完整人類骨骼的準備，並且心臟開始跳動，腦部的發育也漸漸發達。

第三期（第九週至第十二週）：正式從胚胎期畢業，進入「胎兒」時期。此時胎兒的軀體和手腳會漸漸發達，頭相對的大，也有了近似人類的面貌。隨著神經系統的發達，皮膚對於外界的刺激也開始有了感覺，這種皮膚感覺會進而刺激腦部，促進腦部發育。此時期已進行性器官的分化，約在受孕11週左右，便可藉由超音波的掃描區別出男女性別。

第四期（第十三週至第十六週）：母體胎盤已經形成，進入安定期。胎兒內臟和手腳等器官已大致完成，骨骼和肌肉也漸漸發達，下肢會開始做屈伸運動。此外，嘴巴具備了吸吮的反射機能，會吸吮自己的手指。

第五期（第十七週至第二十週）：胎兒開始在子宮內活動，因此孕婦感覺到的胎動。心臟和肺的運作更加強了，使用聽診器可聽到胎兒的心音。皮膚開始有了新陳代謝的機能，神經系統有顯著的發展，掌管聽覺、視覺等的腦部前額葉漸漸發達。

第六期（第二十一週至第二十四週）：羊水量增多，所以胎兒在子宮

內的活動變得更順暢。大部分的器官在六個月時完成，腦細胞的數量也大致完成。身體佈滿血管，皮膚呈現紅色；胎兒全身會覆蓋著一層如乳酪般的胎脂，保護胎兒的皮膚，但仍是皺巴巴的樣子。

第七期（第二十五週至第二十八週）：大腦皮質漸漸發達，聽力大致在25週完成，可以聽到孕婦和周圍的聲音。中樞神經系統成熟，能夠調節呼吸和體溫，胸廓有上下起伏的自發性呼吸運動。

第八期（第二十九週至第三十二週）：羊水已經不再增加，原本活潑迴轉運動的胎兒也漸漸固定姿勢，形成頭部朝向下方的姿勢。骨骼已經大致完成，肌肉和神經系統的活動變得更活潑，手也可以做出細小的動作。

第九期（第三十三週至第三十六週）：34週後，心肺機能大致完成。可飲用羊水，再排出尿液，並且已經開始做好出生之後的吸吮吞嚥、大小便排泄的準備。胎兒對於來自孕婦腹部以外的刺激和聲音會出現身體或是臉部表情反應。

第十期（第三十七週至第四十週）：由於相對於胎兒之體積，子宮空間窄小，胎兒的活動量會減少。內臟和肌肉、神經系統也已完全做好在一出生之後，就能自行進行呼吸、體溫調節、母奶吸吮和排泄的生理活動。

參考文獻：

1. 廖華方譯。早期介入。台北：華騰文化股份有限公司；2005。
2. 蘇建文譯。發展心理學。台北：學富文化事業有限公司；2003。