

剖腹生產術後照護須知

手術後至排氣前：

- 1.至少二小時翻身一次。
- 2.多做深呼吸及咳嗽運動。
- 3.手術後必須禁食至排氣。
- 4.若發現惡露有血塊或大量惡露流出，請告訴醫護人員。
- 5.手術後第一天，護理人員會為你會陰沖洗與更換一套乾淨的衣服，以維持舒適。
- 6.母乳是寶寶最佳食品，鼓勵哺餵母乳。及早讓寶寶吸奶，以刺激乳汁早些分泌。

排氣後：

- 1.排氣後請先喝少許開水，若無腹脹情形，可進食較易消化之軟質食物；若脹氣，請暫緩進食。
- 2.尿管拔除後，應於6-8小時內自行解小便。
- 3.每次如廁後，請自行做會陰沖洗，以維持局部清潔。
- 4.第一次下床時，務必請人陪伴，以避免體力不支暈倒。
- 5.早期離床活動，可幫助體力儘早恢復。
- 6.手術傷口不需每日換藥，醫師會視需要給妳換藥一至數次。

術後預防跌倒：

- 1.術後第一次下床需有家屬陪伴。
- 2.動作宜慢，採漸進式的下床活動；先坐起無頭暈不適才可以下床，以預防因姿位性低血壓或術後止痛，造成頭暈、雙腳無力不適跌倒。

- 3.小心注意廁所內外之地面是否潮濕；小心廁所門檻避免絆倒。
- 4.家屬應將床周圍的用品整理好，勿隨意置於地面上，以免產婦絆倒。
- 5.若有頭暈情形，請使用便盆如廁，勿自行下床活動。
- 6.需要任何協助無家屬時，請使用紅燈鈴通知醫護人員。

出院

醫師會於您的情況許可時，簽准您的出院日期，並與您約好返回門診檢查的日期。

返家注意事項：

- 1.下列情況，請回門診檢查：
 - (1)發現傷口有紅、腫、熱、痛及滲出液。
 - (2)陰道突有大量鮮紅色之出血或血塊流出，或惡露有惡臭味。
 - (3)體溫持續在38度以上，或有寒顫現象。
- 2.飲食：請攝取均衡飲食，並多吃綠色蔬菜、水果及足夠的水分，可避免便秘。
- 3.活動：適當的下床活動，並視體力恢復情況施行產後運動。
 - 出院之後若您有任何健康上或育兒之問題，歡迎您撥電話至婦產科詢問，我們將竭誠為您服務。

諮詢專線：04-24632000 分機32861、32863

諮詢時間：24小時諮詢專線