



## 剖腹生產產後衛教

親愛的媽媽：辛苦了！

以下是生產後的注意事項：

1. 產後您將在恢復室觀察至少一個小時，這期間暫時不能吃任何東西，包括：開水。
2. 每隔十五分鐘護理師為您測量血壓、心跳、呼吸及觀察子宮收縮和惡露排出情形。
3. 手術採半身麻醉者，必須平躺六至八小時，頭勿抬高，可移動身體。
4. 經由陰道排出的分泌物稱為惡露。顏色由紅色—粉紅色—乳黃色；正常情況下約四至七週結束。
5. 假如一個小時內，惡露量超過一百 CC 以上（如護墊溼 1/2 片）醫生會做處理並再繼續觀察。
6. 尿管將放置二十四小時，之後再視情形拔除。

全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

經婦產科醫師專家檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

7. 產後儘早親子肌膚接觸，可增進親子關係並使乳汁儘早分泌。

**\* 飲食注意事項：**

1. 產後六小時可以喝水，如果沒有嘔吐就可以開始進食。

2. 本院提供由營養師精心設計調配的產婦飲食；詳見產後病房飲食菜單。

3. 產後『適合』吃清淡、溫熱、易消化、蛋白質多的食物：如雞肉、排骨、鮮魚湯、雞蛋、芝麻、桂圓肉等。

4. 產後「不適合」吃冰冷、辛辣、油炸、燒烤、燥熱食物：如冰水、飲料、瓜類、炸雞、薯條、高麗蔘、豆類等。

**5. 建議：**

麻油、酒精類產後一個禮拜不要吃，因為會影響子宮收縮及傷口癒合；人參產後一個月內不要吃，因為會抑制子宮收縮及活血，會引起大出血。

**6. 生化湯：**

民間習慣認為生化湯是產後必服之，但以產後瘀血

停滯者為合適，假若產後惡露排出順暢則不必服用。  
剖腹生產者不建議服用，若有使用生化湯需與西藥  
間隔一個小時服用。

**\* 中文出生證明：**

請在三天內（0800-1830 上班時間）持『換領單』連  
同戶口名簿或夫妻雙方身分證正本至第二醫療（婦  
幼）大樓一樓掛號櫃檯辦理。

**\* 英文出生證明：**由醫師開立『出生證明書換領單』，  
請先將嬰兒及夫妻雙方英文姓名（須與護照相同）、  
國籍寫出，請在三天內（0800-1830 上班時間），持  
『換領單』連同戶口名簿或居留證、夫妻雙方身分證  
正本至第二(婦幼)醫療大樓一樓掛號櫃檯，換領  
正式出生診斷證明書，以便及早辦理戶口登記。如  
果您有任何疑問，可與我們聯絡：(04) 23592525  
轉 8136 產房

祝您            早日康復！