2005.11.01 訂定
2022.08.16（5 審）
2023.06.19（5 修）

衛教編號：OBS-009

溫水坐浴（泡盆）

一、功效：

促進會陰、肛門周圍血液循環，減輕局部疼痛，促進手術後傷口癒合。

二、適用者：

（一）陰道生產有**會陰傷口**者

（二）婦科**陰道修補**手術後者

（三）肛門**手術或痔瘡**病人

三、溫水坐浴方法說明:

（一）使用前說明：

1. 水溫：水袋內裝溫水 1/2-2/3，建議 38-41℃，用手腕內側測試溫度，不燙即可。
2. 次數：每日 2-4 次，每次泡 10-15 分鐘，需持續泡盆 2 週。
3. 溶液：除非有醫師指示，否則不須添加任何藥物，如優碘。

全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經婦科專科醫師檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

（二）使用專用泡盆步驟：

1. 先解尿並清洗會陰

2. 以清水清洗泡盆

3. 關緊水袋管夾

4. 將塑膠水袋內倒入溫水

5. 裝好水後，掀起馬桶坐墊將泡盆固定於馬桶上。
6. 將水袋置高於馬桶。

7. 將水袋管子，穿入泡盆外緣的中間孔，並將管子前端的排水孔固定於泡盆內。

8. 直接坐於泡盆上，以管夾控制溫水流量。
9. 盆內水滿時，溫水會自泡盆外緣的排水孔流入馬桶中。

四、注意事項：

（一)產後 24 小時或婦科手術後 48 小時依醫囑開始泡盆。

（二）解便後需清洗，再泡盆一次。

（三）**泡盆時最好有人陪伴**，因溫水會使血管擴張、**姿勢性低血壓，而感到暈眩，容易跌倒。**

（四）若出現異常或下列症狀，須馬上**暫停泡盆：暈眩、虛弱、冒冷汗、心悸、流血量多。**

五、結論

溫水坐浴可增加血液循環，促進肛門、會陰傷口癒合，減輕傷口腫脹及疼痛。泡盆時若有虛弱、冒冷汗、心悸、流血量多情形，請暫停泡盆，相關疑問請來電諮詢。

1.婦科門診：（04）23592525 轉 6557 或 6558

2.婦科病房：（04）23592525 轉 8086 或 8087

六、參考資料

張志齡（2018)‧冷熱療法的護理‧於王桂芸總校閱，*基本護理學下冊*(八版，44-46 頁)‧永大。

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 溫水坐浴適用者有陰道生產、陰道修補手術及肛門手術病人？

   ◯是◯否　◯不知道

2. 溫水坐浴需使用水溫 38-41 度溫水，除非醫師指示不需添加優碘，每日 2-4 次，每次 10-15 分鐘？

   ◯是　◯否　◯不知道

3. 如有解便只需擦拭乾淨，不需清洗後再泡盆一次？

   ◯是 ◯否　◯不知道

4. 泡盆時如感到頭暈、虛弱、冒冷汗、心悸或經血量多時，需立即暫停泡盆？

   ◯是　◯否　◯不知道

5. 產後 24 小時或婦科手術後 48 小時依醫師指示即可開溫水坐浴？

   ◯是　◯否　◯不知道