

衛教編號 OBS-018



2003.06.30 訂定
2021.09.02 (9修)
2020.05.19 (5審)

剖腹生產產後衛教



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

一、剖腹產後注意事項



恢復室內觀察至少 1 小時，每 15 分鐘監測血壓、心跳、呼吸，觀察子宮收縮以及惡露排出情形，導尿管將置放 24 小時，術後回病房由醫師評估是否持續平躺。

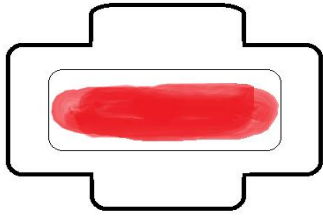


產後將由醫護人員協助親子肌膚接觸，促進親子依附且視嬰兒需求協助哺乳。



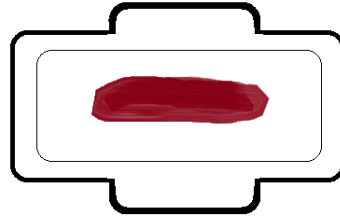
二、產後惡露的變化

產後 1-3 天



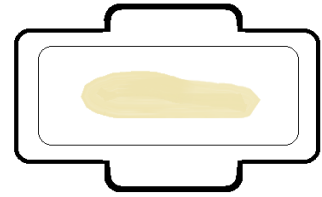
量多、色鮮紅、
帶腥味

產後 1 週



量中、色暗紅、
無味

產後 10-14 天

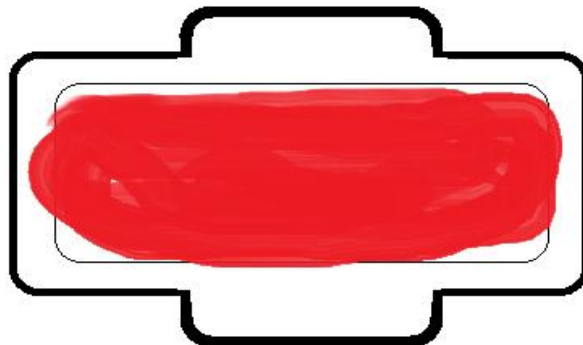


量少、色乳黃
或棕黃、無味

異常狀況



如 1 小時內，惡露量 $>100\text{ml}$ 以上（如下圖護墊溼 $>1/2$ 片），請立即告知醫護人員，我們將立即為您處理。

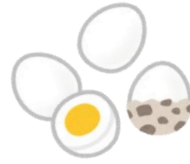


三、飲食注意事項



產後 6 小時可喝水，如未嘔吐就可進食。

可進食清淡、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。



產後「**不宜**」吃冰冷、辛辣、油炸、燒烤、燥熱食物：如：冰飲、瓜類炸物、高麗蔘、豆類等。



麻油、酒精類：

產後**一週不吃**，易影響子宮收縮及傷口癒合。

人蔘：



產後**一個月內不吃**，會抑制子宮收縮，且具活血效果，易引起產後大出血。

生化湯：以產後需化瘀血者為適用，故**不建議自行服用**。如有意願服用者，建議會診本院傳統醫學部，由醫師指示下服用。



四、剖腹產後傷口照護



住院期間：布膠加壓直至醫師評估後移除，移除後將進行一般傷口護理；住院期間醫護人員將每日診視傷口並視傷口情況拆線。


出院後：拆線後可淋浴、勿泡澡，避免浸濕，不需再消毒，並保持**美容膠**乾燥，待其變白或脫落時再更換。如使用**赫麗敷**傷口敷料，具防水效果，約5-7天或於敷料膠體膨脹退黏時進行更換；**倍舒痕凝膠**適用於乾燥及完好的皮膚，必須確定傷口癒合，使用前可適度清潔傷口並於乾燥後輕薄塗滿患處。



立即返診情況：發燒、傷口紅腫熱痛、傷口有異味、疼痛加劇、陰道分泌物增加等發炎徵象。

結語



剖腹生產通常住院 4-5 日，手術前、後務必依循醫護人員指示進行術前準備及術後照護活動，並留意生理變化及異常徵象；如對剖腹生產產後照護仍有疑慮，請與我們聯繫  04- 23592525 轉 8136、8137。

五、參考資料

李耀泰、陳福民、郭宗正 (2016)· 剖腹產之快速復原照護路徑· 台灣醫學，20(1)，91-95。

黃哲政、蘇棋楓、蔡宏志 (2016)· 引產與剖腹產之臨床基本觀念· 北市醫學雜誌 13 (3)，9-16。

American Pregnancy Association. (2021, August 20). *Cesarean After Care*.

<https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/labor-and-birth/cesarean-aftercare/>

