



衛教編號 OBS-018

2003.06.30 訂定  
2023.05.31 (11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。



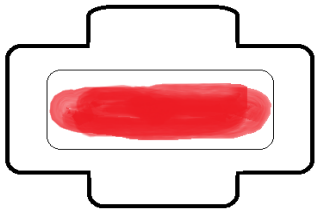
產後將由醫護人員協助親子肌膚接觸，促進親子依附且視嬰兒需求協助哺乳。



## 二、產後惡露的變化

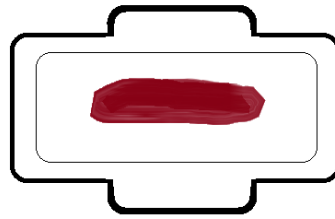
產後恢復期惡露排出量及性狀將如下方變化：

產後 1-3 天



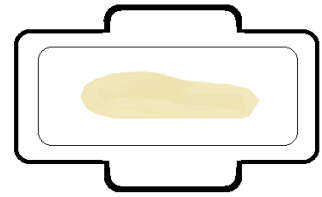
量多、色鮮紅、  
帶腥味

產後 1 週



量中、色暗紅、  
無味

產後 10-14 天

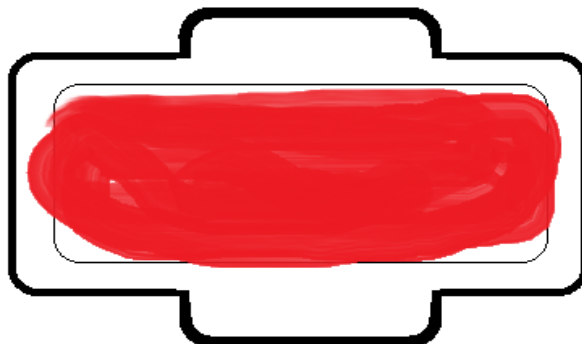


量少、色乳黃  
或棕黃、無味

**異常狀況**



如 1 小時內，惡露量 > 100ml 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。

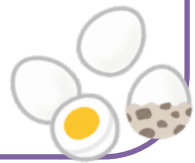




### 三、飲食注意事項



產後 6 小時採漸進式飲食，飲用溫水後未嘔吐就可進食，清淡、溫熱、易消化、蛋白質高的食物為佳：如雞肉、排骨、鮮魚湯、雞蛋、芝麻、桂圓肉為佳。



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，會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。

## 五、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 8076、8077。



## 六、參考資料

Berens, P. (2022). Overview of the postpartum period: Normal physiology and routine maternal care. *UpToDate*, Accessed Jan, 03.

孫瑞瓊（2020）．產科護理學．產褥期的護理．於余玉眉總校閱．（十版，363-423 頁）．新文京。



讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1.產後恢復期惡露排出量及性狀將由量多、色鮮紅、帶腥味轉變到量少、乳黃色或棕黃色且無味。

是 否 不知道

2.產後惡露量如 1 小時內 >100ml 以上，應立即告知醫護人員。

是 否 不知道

3.產後應儘量食補。

是 否 不知道

4.生化湯未經醫師診視者，不建議自行服用。

是 否 不知道

5.出院後若發生發燒、傷口紅腫熱痛、傷口異味、疼痛加劇、陰道分泌物增加等，需立即返診。

是 否 不知道