

## 剖腹產之術後教育指導

2002/9/18 修訂 2005/2/28 修訂 2007/6/15 檢閱 2009/2 修訂

### 術後須知：

- ✦ 依個別情況，需要維持平躺（約需六至八小時）。
- ✦ 傷口每二天換藥一次，約到五至六天會依傷口情況拆夾子(線)，貼上矽膠或紙膠後，始可淋浴、保持傷口乾躁，矽膠於出院一週後帶至門診醫師會更換；矽膠、紙膠髒或脫落時可更新，約維持更換貼四至六個月，避免肉芽組織增生。
- ✦ 禁食至排氣可拔除導尿管；進食需採溫和飲食（液體→軟質食物→固體）、少量多餐、多食蔬果防便秘，一星期內禁食刺激食物（酒、辣、油膩）脹氣性食物（甘薯類、豆類、蛋奶類）。
- ✦ 經常翻身及活動肢體，早期哺育母乳，以促進乳汁分泌及親子互動，下床活動時可依情況使用束腹帶支托，防牽扯傷口造成疼痛、勿過度勞累、維持充足睡眠。
- ✦ 依情況在術後第二天開始按摩子宮（一手壓住傷口，一手輕按摩子宮）順時鐘方向按摩，若子宮變硬或收縮疼痛則暫停。
- ✦ 術後惡露較自然生產少，但仍須保持良好個人衛生習慣，約二至三小時更換產墊，使用沖洗瓶裝溫開水，在大、小便後由前往後沖洗，保持會陰清潔。
- ✦ 性生活宜到惡露乾淨並產後檢查正常後再恢復，仍須採避孕措施，防止一年內再度受孕。
- ✦ 若有發燒、疼痛、陰道出血量多、血塊、傷口滲液紅腫、乳腺炎、排尿疼痛等，立即返院檢查。
- ✦ 請依指示返院回診，往後每年應至門診作子宮頸抹片檢查一次。

出院後有任何問題，請電洽(03)9544106 轉 2752 或 2753 產科病房。

羅東聖母醫院 敬祝健康