

衛教資訊

新竹馬偕紀念醫院

地址：
30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：
03-5166868 · 03-6119595

電子郵件：
hcservice@mmh.org.tw

· 健康諮詢專線：03-5745098
週一 ~ 週五上午 9:00~12:00
下午 14:00~17:00
例假日休息
· 語音掛號電話：03-5166516
· 人工掛號電話：03-6118866
週一 ~ 週五 上午 8:00~17:00
週六 上午 8:00~12:00

待產護理指導

修訂: 2018/10/15

護理部 產房



新竹馬偕紀念醫院

Hsinchu MacKay Memorial Hospital

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

待產護理指導

當您入院待產時，護理人員會為做下列準備及告訴一些注意事項，以減輕待產過程的不適與焦慮，且在待產過程中，會與您主治醫師保持聯絡，祝您生產順利。

會為您做以下的準備

- (一) 灌腸：預防生產時解便，污染無菌面造成傷口發炎。
- (二) 皮膚剃雉：減少會陰傷口的發炎。
- (三) 沖洗：維持清潔及舒適感。
- (四) 裝上胎兒監視器：監測宮縮與胎心音情況。

注意事項

- (一) 灌腸後仍可以進食，除非醫護人員另有指示。
- (二) 若食慾不佳或有噁心、嘔吐現象是正常反應，可採軟質或流飲食(易消化的食物)，少量多餐，減少噁心、嘔吐機會。

(三) 膀胱脹會影響產程的進展，故您需 2-3 小時解尿一次，解尿時請使用床上便盆，若超過 4 小時未解尿或膀胱脹、小便解不出來，應立即通知護理人員。

(四) 胎兒監視器上會顯示胎心音數字，正常值在 120 -160 次/分之間。若數字降到 120 次/分以下超過 20 秒未恢復時請通知護理人員。

(五) 您可以在床上翻身，翻身時盡量採左側臥，以增加子宮血流，若長時間左側臥測不到胎心音時，則採每 30 分鐘內至少正躺監測 10 分鐘胎心音情況。

(六) 子宮規則收縮的時間及密度、強度會隨著產程的進展而增強，您可以利用深呼吸吐氣的方法來減輕不適，本院提供減痛分娩，您可以向護理站索取簡介。

(七) 呼吸技巧：

1. 若您曾練習過拉梅茲放鬆呼吸法請與先生配合應用。

2. 若您不曾學過，則請依下列方式練習：

(1) 用鼻子吸氣，嘴巴吐氣(吸氣時間長短依疼痛的強度而改變)

(2) 疼痛越強，吸氣時間短(吐氣時間長短依疼痛的強度而改變)

(3) 疼痛越強，吐氣時間短

(4) 吐氣時嘴嚶起輕出，像在吹蠟燭一般

(5) 請家屬在旁協助喊口令

(6) 注意：須連續重覆約 1 分鐘才有效。

(八) 若您有打針催生時，醫護人員會評估產程進展情形調整點滴數請勿行調整。

(九) 待產中，若有下列情況時請立即通知護理人員：

1. 胎兒監視器上顯示胎心音數值低於 120 次/分且持續 20 秒時。

2. 破水。

3. 無法控制的想用力。

4. 子宮收縮時有便意感。

(十) 若您已經破水，請保持會陰部清潔，勤換衛生棉，衛生紙由前往後擦拭，避免感染。

(十一) 進入接生室後，產婦請依護理人員指示做用力的動作，以協助胎兒娩出，家屬請安心在等候區等候。

(十二) 即刻皮膚接觸：

在寶寶成長的過程中，母乳是嬰兒期最佳營養品，成功哺餵母乳的第一要件即是初生時的刻吸吮乳房及皮膚對接觸，醫學研究發現嬰兒在出生後的 30 分鐘內吸吮力特別強，可幫助日後成功的哺餵母乳。

1. 即刻皮膚接觸好處：

- (1) 促進嬰兒的吸吮力。
- (2) 促進乳汁分泌。
- (3) 幫助胎便排出。
- (4) 建立親子關係。
- (5) 促進子宮收縮。

2. 即刻皮膚接觸條件：無論是足月兒或早產，依出生時之狀況來評估是否可以給予即刻皮膚接觸及吸吮。

3. 即刻皮膚接觸方法：

- (1) 在接生室內進行，護理人員會協助母親敞開衣襟，擦拭乳房上的汗水，不須特別做乳房護理。
- (2) 護理人員會在旁協助，母親與嬰兒皮膚對的接觸並正確 護理人員會在旁協助，並視新生兒的需要，協助含住乳房。

(十三) 新生兒出生後我們會抱給家屬看，需觀察您的子宮收縮、會陰傷口，約 1-2 小時後，經醫師評估產後情況穩定才會轉入病房，請家屬在等候區等候，如有任何情況會隨時通知您。

~如需轉載本篇文章或有任何疑問，請洽 新竹馬偕紀念醫院產房~