

剖腹術後 衛生教育指導

✚ 剖腹術後須知：

- ✚ 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，約需持續黏貼四至六個月，避免肉芽組織增生。
- ✚ 需禁食至排氣，即可拔除導尿管；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時，則須暫停。
- ✚ 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，在如廁後由前（會陰）往後（肛門）方向沖洗，保持會陰清潔。
- ✚ 性生活宜待惡露乾淨且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，應立即返院檢查。
- ✚ 請依指示返院回診，往後每年應定期接受子宮頸抹片檢查。

出院後有任何問題，請電洽(03)9544106 轉 6751 或 6752 產科病房。