

產房入院須知

一、入院待產要準備哪些用品

- 1.個人衛生用品：紙褲、產墊、看護墊、衛生紙、濕紙巾（若未準備可至護理站購買出院時結帳）、茶杯、盥洗用具。
- 2.證件：IC 健保卡、產婦及先生雙方身份證正本及影印本（至少 2 份）、新移民準媽媽請攜帶護照或台灣居留證正本及影印本（至少 2 份）。
- 3.產檢報告：孕婦健康手冊及其他醫院產檢期間的相關抽血報告，如：全血球計量、血型、血糖檢測、染色體檢查 B 型肝炎、梅毒、HIV 和乙型鏈球菌檢驗等報告。

二、家屬陪伴須知

產房是隔離單位，為保護每位準媽媽，有幾點注意事項：

- 1.進入產房時，請用乾洗手液洗手防止交互感染。
- 2.待產期間為讓準媽媽有舒適安靜的休息環境，請配合 1 人陪伴，探訪時間為早上 10：30～11：00、下午 17：00～17：30，每次最多 2 名訪客，兒童請勿進入，以免影響準媽媽休息。

三、入院後產房護理師為您

- 1.陰道內診、打點滴、並每隔一小時裝胎兒監視器，必要時胎兒監視器則持續裝著，剃陰毛及灌腸視個人需求進行。
- 2.待產期間護理師及醫師會依您陣痛情況來內診，確認您的產程進展，評估生產時機；而醫師內診時會有護理師在旁協助。

四、待產期間之注意事項

- 1.採正常飲食，考量產婦待產陣痛會影響食慾和方便性，產程加速時陣痛強烈**建議進食含熱量的清淡飲食流質或液體，避免固體食物**；若有特殊情況，醫師及護理師會告知您要禁食。
- 2.**建議每 1～2 小時要排空膀胱**，因膀胱漲滿會影響胎頭下降，導致產程延長。
- 3.除破水及宮縮頻繁到無法站立外，可正常活動；鼓勵經常改變姿勢，可以促進全身舒適和放鬆，並促進子宮頸擴張和產程進展。
- 4.採呼吸、按摩、熱敷、冷敷、音樂、生產球、自由體位等放鬆技巧，緩解待產期間因陣痛造成身體不適。
- 5.本院推行先生陪產：先生可以進入產房陪產，給予準媽媽心裡支持；但整個生產過程不能錄影及拍照，且不能碰觸鋪在產婦身上的消毒無菌包布，如有拍照錄影需求，需徵得主治醫師同意。

產房入院須知

6. 寶寶出生後，會讓寶寶與媽媽在產檯上有肌膚接觸的機會（如圖一），增進您與寶寶的親子關係，也鼓勵您哺餵母乳，增加寶寶免疫力（如圖二）。



圖一 產檯上肌膚接觸



圖二 哺餵母乳

嬰兒想吃的表現：
出現吸吮、伸舌頭
尋乳的動作

7. 本院每床皆有提供生產球：使用生產球可緩解準媽媽產前的腰酸背痛、陰部水腫等症狀，加上陪產者的按摩可以緩解疼痛（如圖三）；待產期間使用生產球改變姿勢（如圖四～圖五），可藉由重力原理使胎兒下降而縮短產程，縮短待產時間讓生產過程更輕鬆。意者請洽產房護理師。



圖三 坐生產球和家屬按摩



圖四 床上生產球臥姿使用



圖五 生產球站姿應用

8. 本院提供自費品項：全家福照片（如圖六）拍攝、新手爸爸斷臍（如圖七）和胎盤拓印（如圖八）紀念可自行選擇，意者請洽護理站。



圖六 第一張全家福



圖七 新手爸爸斷臍後的繫心寶盒



圖八 胎盤拓印

五、其它

◎本院「全面實施 24 小時母嬰同室，支持哺餵母乳」。

參考資料

- 何美華、黃樹欽（2022）．待產及分娩時的護理．於余玉眉總校閱，*產科護理學*（十一，322-323 頁）．新文京。
- 曾英芬、陳信孚、萬美麗（2022）．待產及分娩的護理．於高美玲總校閱，*實用產科護理學*（九版，377-381 頁）．華杏。