

待產須知

1. 更換待產衣時，請記得將內衣胸罩移除。
2. 入院待產，護理人員會幫您施打靜脈留置針並抽取少量血液做檢查，測量血壓、體溫，詢問您的資本資料等，視情況予以灌腸。
3. 胎兒監測器裝置期間，若您有任何不舒服或須上廁所時，請按鈴告知護理人員處理，切勿自行拆除。
4. 除非醫師或護理人員告知不能進食，否則三餐均可正常食用，保持5-6 分飽即可。請採少量多餐的進食方式，容易產氣的食物如：牛奶、麵包、豆類製品等暫勿食用，以免因宮縮疼痛時，造成嘔吐。
5. 中藥類補品，如人參等，請勿服用或含服，以免影響子宮的收縮。
6. 待產中，請多補充水分的攝取，每兩小時需解尿一次，以防膀胱過漲，阻礙胎頭的下降。若您已經破水，請盡量在床上解尿，以免下床時，造成臍帶脫垂，進而影響到胎兒的健康。
7. 待產中若有想解大便的感覺、尿液解不出來或破水，及其他任何不適與疑問，請告知護理人員，切勿自行解開胎兒監視器如廁，應由護理人員評估後再依指導行事。
8. 陣痛時，採以鼻子吸飽氣，噤嘴（像吹蠟燭）將氣慢慢的吐出，避免大聲喊叫，因子宮收縮時，子宮內血液供氧量較不足，需要靠母體深呼吸，提供足夠的氧氣，以防胎兒缺氧。



9. 愈接近生產時刻，母親會愈不舒服，如腰痠等，此時陪產的先生或家屬，可給予母親腰部握拳式的按摩方法，以減輕因陣痛收縮引起的不適。
10. 待產的姿勢以母親最舒服的姿勢為主，但盡量勿整個坐起，以免影響胎頭下降。
11. 為了維護產婦待產品質與病室安寧，陪產訪客以兩人為主，5 歲以下幼童請盡量勿到醫院，避免因哭鬧造成其他產婦或家屬的不安，不便之處，敬請見諒，亦感恩您的配合！

敬祝您 身體健康 平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院諮詢專線02-66289779轉2531