

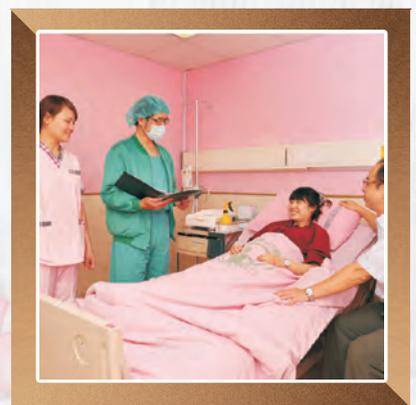
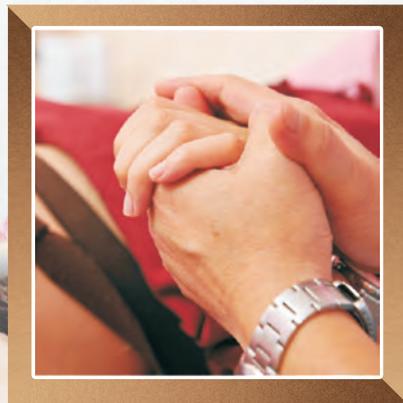
讓自己有一個美好的生產經驗

# 教您如何做好生產四部曲

準媽媽經過十個月的孕育，歷經千辛萬苦，終於要和肚子裡可愛的寶寶見面了。心情可說是五味雜陳，既期待又怕受傷害。在迎接新生命來臨前，還必須面臨一大考驗～待產與生產。

尤其是第一次當爸媽的人，生產對他門而言是非常重要且關心的事！希望能透過宏其貼心地企劃一系列生產專刊帶您進入生產園地，去看看待產室、產房、恢復室、嬰兒室，了解從進入醫院待產到生產後的完整流程，讓準爸媽們能有充分的認識與心理準備，這樣面對生產時就不那麼害怕囉！

文/護理部



Step

## 生產第一三部曲

### 何時該來醫院？

準備好待產包後，準媽媽們放鬆心情別緊張，以下產兆告訴媽媽們何時該來醫院報到。



#### 自然生產之認識產兆

##### 1 陣痛

陣痛又分為假性陣痛和真性陣痛，其中最大的差異在於痛的頻率、部位，以及持續的時間。每10分鐘內有2至3次規則子宮收縮，並持續半小時以上，才算是真性陣痛，若不達到這個數值，都屬假性陣痛。

##### 2 破水

一般破水是沒有感覺的、突然有一股清澈液體或透明黏液從陰道流出，有破水經驗的產婦可能會形容破水像有流不完的尿或月經量多時突然流出的感覺，甚至聽到水球掉到地上的聲音等；如果自己不確定是不是破水，則更應該到婦產科做詳細的檢查。



##### 3 落紅

當進入產程時，子宮頸會開始變薄，子宮頸口上的黏液會隨著掉下，這時微血管也開始破裂，陰道會摻雜一些粉紅色或暗紅色黏液分泌物，這就是所謂的「落紅」，屬於正常生產前的前兆。

##### 4 留意胎動

一般而言，當胎兒處於睡眠或靜止狀態時，會受到子宮收縮的影響而醒來或驚嚇，通常會活動身體。雖然到了後期，因胎兒活動空間減少，進而減少胎動，但受到外在影響仍會有活動的現象；為確保胎兒的生命跡象，建議媽咪在此時多留意胎動。若發現沒有胎動或胎動明顯減少時，請立即至醫院檢查。

提醒  
小語

準媽媽們若發生以上任何產兆，請直接至本院3樓產房護理站，產房護理人員將為您做檢查。



## 剖腹生產

「剖腹產」是一種手術，經由切開腹部及子宮的方式將胎兒娩出，其缺點為出血量較大，合併麻醉的風險及術後感染等併發症。施行此手術時，主要目的為產婦在特定適應症之下，為保護胎兒及母親安全，必須選擇的生產方式。

### 1 緊急性剖腹產

是指在妊娠中、後期或是產程進行中，產婦或胎兒因突發的緊急情況。

產婦若發生以下情況者，則需緊急剖腹生產  
出血、產程遲滯、產婦有嚴重內科疾病、胎兒臍帶脫垂、胎兒窘迫等等，必須進行緊急剖腹產，以維護母子的安全

### 2 預約剖腹產

孕婦在生產前經由與醫師溝通，確定陰道生產是不可行的，便會採取預約剖腹產。

產婦若發生以下情況者，則需預約剖腹生產  
曾動過子宮手術、胎位不正、產道有腫瘤阻塞、產道狹窄、多胞胎、生殖器皰疹病毒之感染等等。

媽媽們懷胎十月，面對身體的變化及角色的轉變已相當辛苦。到了生產前，還要面臨剖腹生產或是自然生產的抉擇而困擾著。自然生產與剖腹生產各自皆有優缺點，但必須視產婦之需求及身體狀況而定；建議應與主治醫師充分溝通後再選擇適當生產方式。

#### 提醒小語

剖腹生產報到時間：  
請於預約剖腹時辰前 2 小時至本院 3 樓產房護理站報到即可。





## Step 2 生產第二部曲 認識生產住院流程

入院待產時請準爸媽務必攜帶

1. 健保卡
2. 媽媽手冊
3. 夫妻雙方身份證



### 生產實戰之待產流程

1

#### 核對身份簽署同意書並完整填寫入院資料

主要為核對媽媽身份，經由護理人員詳細解說並協助產婦完成入院資料。



#### 詢問哺餵母親之意願並協助指導

本院為桃園縣母嬰親善評核之優良院所，積極推廣母乳哺餵對母親與寶寶的好處。

3

#### 確認以下自費項目之意願並簽署同意書

1. 新生兒過敏原的檢測
2. 儲存臍帶血銀行
3. 產後施打子宮頸癌疫苗
4. 產後施打百日咳疫苗
5. 產後注射滋補營養針
6. 玻尿酸防沾黏片與防水敷料介紹 (剖腹生產適用)



4

#### 提供準媽咪待產護理包

產褥墊、看護墊、基本日常盥洗用品、大小棉枝、衛生紙、便利拖鞋



提醒小語

欲生產者請至本院3樓產房護理站報到，護理人員將為您做一系列的安排及解說

# 5

## 環境介紹及入院須知

由護理人員為產婦作環境介紹及詳細解說入院須知，協助降低產婦對陌生環境的恐懼及減輕心裡的焦慮。

為保護病人隱私，本院待產室為一人一間式，讓產婦放心無顧慮的面對產程。



# 6

## 裝置胎兒監視器

待產時，會為產婦裝上胎兒中央監測系統，測量胎動、胎心音與宮縮等狀況。簡單來說，主要是評估胎兒當下狀況是否健康、有無緊急產出需要等，會隨時監測您與寶寶的情況。



# 7

## 基本資料問診並測量生命徵象



# 8

## 產前例行準備

自然產：灌腸、抽血

剖腹產：抽血、驗尿、注射點滴



9

### 內診檢查，評估產程進展

待產中，醫師及護理人員會為產婦作內診檢查，評估產程進展。此項檢查時需請產婦配合做深呼吸，以便正確判斷。



10

### 運用拉梅茲呼吸法減輕不適

待產中，護理人員教導產婦運用拉梅茲呼吸法減輕陣痛不適。陣痛時，產婦請眼睛張開並集中注視一點，會轉移疼痛注意力。



剖腹產之產婦，可利用深呼吸(腹式呼吸)方式來緩解手術前的緊張及恐懼。

11

### 家人的鼓勵，是最好的支柱

待產時鼓勵家人陪伴在您的身邊為您加油、打氣



12

### 護理人員教導閉氣用力

生產時子宮頸完全開時，閉氣用力可加強復壓，協助胎兒較快娩出。



提醒您～要把握子宮收縮時用力，而子宮停止收縮時，休息完全放鬆。

13

### 進入產房(送入開刀房)

初產婦子宮頸五指全開(10公分)，經產婦子宮頸四指全開(8公分)時，且看到十圓硬幣大的胎頭，醫護人員便將產婦推入產房準備生產。



#### ◎剖腹產媽咪

完成 **步驟 1-8** 術前準備工作後，即可等待開刀房護理人員通知。

# 不讓妳痛 談產婦減痛方法

文/麻醉科

## 自然產～無痛分娩

只針對疼痛神經的組斷，幫助產婦在意識清醒不影響寶寶全的狀態下支持媽咪完成分娩的任務。

宏其婦幼醫院無痛分娩的施行從產前止痛照護到產後宮縮疼痛的減輕呵護，一路站在輔助您的角色，讓您擁有一個完美的自然產經驗。

## 執行步驟

**Step 1** 醫護人員會為您說明執行的過程



## 剖腹生產～術後止痛

當婦產科醫師針對您的特殊狀況而建議您剖腹產時，我們為您施行的是半身麻醉加上術後止痛的服務，讓您開完刀後不必忍受傷口疼痛。上午剖腹生產，下午即可下床活動，享受親子同室的樂趣。

**Step 2** 填寫自費疼痛控制同意書



**Step 3** 麻醉科為您施行硬腦膜外神經阻斷術或硬腦膜外疼痛控制術



自然產施行地點：待產室



剖腹產施行地點：開刀房



#### Step 4 為您執行後監測生命徵象及胎心音



#### Step 5 身上留置管子，加藥減痛



#### 提醒您

##### 無痛分娩

待產中，依個別性定時加藥，產後6小時內若宮縮痛及會陰傷口痛可追加藥劑緩解不適。

##### 術後止痛

追加止痛藥劑，維持2天效果

#### 貼心小語

任何生產一種形式的疼痛，都令產婦害怕並且留下不愉快的經驗，欲生產的強烈疼痛更是令人十分難受。無痛分娩的好處可讓產婦在待產時得到充分的休息，待真正生產時就有足夠力氣可以用力生產；在愉快的心情下生產，會讓產婦有意願再生下一胎，營造家庭和樂、互動的氣氛，增進夫妻感情及親子依附關係。

對於剖腹產的媽咪我們一樣提供術後止痛的服務，在開完刀後得到完整的休息讓復原變得更好。

聰明的媽咪，智慧的選擇，無論自然產或剖腹產，我們都有信心可以提供您安全舒適的完美生產經驗。



Peilin photography  
Jun, 2011



# Step 3

## 生產第三部曲

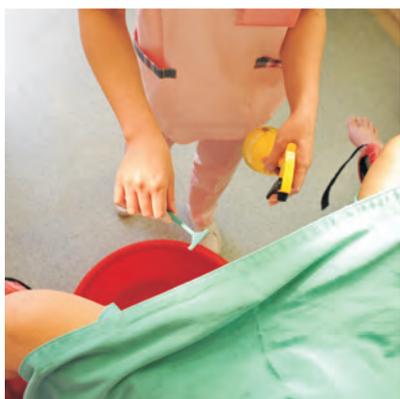
### 要生了！

#### 生產流程大公開

與寶寶見面的時刻終於來臨了  
建議產婦配合拉梅茲呼吸法及  
醫護人員的指令  
讓產程更加順暢

### 自然產生產流程

鼓勵先生陪產，一同參與生產過程，讓新手  
爸媽一同見證新生命的到來與增進親子關係



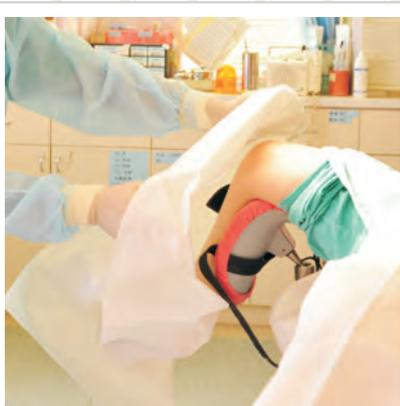
1 剃除體毛、清潔、消毒外陰部



2 監測胎心音



3 視情況為您導尿



4 護理人員會於產婦臀部墊上  
無菌單，及套上無菌腳袋



5 用力生產時雙手緊握產檯兩  
側金屬把手，以便使力。  
(建議正握效果比反握好)



6 醫師為您做陰部局部麻醉，  
並施行會陰切開術，胎兒及  
胎盤先後娩出後，即縫合會  
陰。

## 剖腹產生產流程



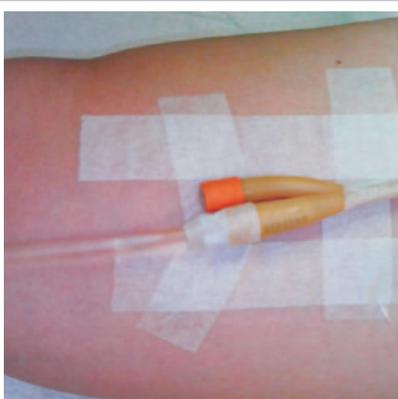
1 進入手術室後，手術室醫護團隊會再次核對產婦身分及病歷



2 進行半身麻醉  
(硬脊膜外麻醉法)



3 進行皮膚準備：剃除體毛目的是為了避免毛髮上的細菌掉落到已切開的傷口，會造成照護上的不方便



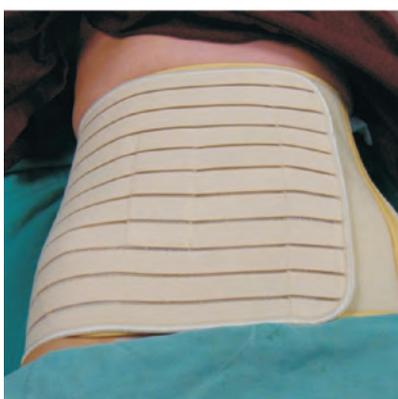
4 放置尿管：為了避免麻醉後尿道括約肌鬆弛，造成小便失禁或術後無法解尿之不便，同時也是術後排出尿量監測之用。



5 開始進行剖腹手術～胎兒及胎盤娩出



6 層層縫合起來，貼上透氣紙膠帶及覆蓋紗布就完成了。



7 束腹帶使用

提醒小語

## 發生急產時，該怎麼辦？

- 立即撥打 119
- 保持冷靜，緊急送醫，抵達醫院時再生產；若已看到胎兒的頭部只好在家自行生產。在床上或軟墊上以蹲坐或半坐的姿勢，讓胎兒輕輕娩出，再用浸泡 70% 酒精的剪刀剪斷臍帶。注意臍帶要留距離胎兒的腹部至少 5 公分以上的長度。
- 剛誕生的新生兒容易失溫，要注意保暖，可用毛巾或衣物稍加包裹之後再送醫。不過，也不宜過度包裹，可能會導致新生兒窒息。
- 母子兩人都要盡快就醫，胎盤假使還沒娩出也無妨，讓醫師來處理胎盤、子宮或產道的裂傷等問題即可。

## 寶寶出生後護理人員會在嬰兒加溫處理檯做那些立即的護理？



1 清除口鼻中之粘液



2 擦拭身體並保暖



3 斷臍



4 注射維他命K1



5 檢視寶寶外觀，測量三圍及身高、肛溫、體重



6 蓋寶寶腳印及媽媽手印



7 核對腳圈資料並配戴



8 請產婦及家屬核對

## 產後恢復區



1 產後肌膚接觸：產檯上或產後觀察區執行



2 將產婦推到產後觀察區1-2小時，醫護人員檢查子宮收縮情形及惡露多寡，並觀察產婦的生命徵象(包括呼吸、心跳、血壓)、傷口、排尿情形，確保產婦產後情形穩定後，就會由護理人員及家屬陪伴送回病房休息。

# Step 4

## 生產第四部曲

### 產後病房照護 及護理指導

產後初期是發生合併症之關鍵時刻，有些注意事項護理人員要特別的叮嚀及媽媽的配合

#### Point 護理照護及評估

護理人員將評估子宮收縮、惡露排出及解尿情形，並指導您產後的自我照護，如子宮按摩、會陰沖洗、飲食衛教等。



#### Point 傷口護理

自然生產：  
以溫開水沖洗會陰傷口並塗擦藥膏，勤於更換衛生棉，以促進傷口之癒合。



步驟 1. 溫開水+優點



步驟 2. 擦拭藥膏

剖腹生產：  
保持傷口乾燥並每日觀察傷口情況，有無紅、腫、熱、痛或分泌物。  
擔心疤痕增生，可考慮使用矽膠或除疤凝膠



#### Point 親子同室・哺餵母乳

若您與寶寶的健康情況許可，待嬰兒體溫回穩後，即可開始進行親子同室。

協助您進行母乳哺餵及教導嬰兒照護技巧，以促進哺育信心及享受更多的親子互動。



協助哺餵母乳



教導手擠奶方式

#### Point 醫師查房

每日醫師至病房來探視您的復原情形。

#### Point 產後飲食

- 產後應多選擇含鐵質的食物，例如：豬肝、腰子、深色蔬菜、葡萄等增加纖維質以避免便秘發生。
- 人蔘、麻油、酒、生化湯七天內禁止食用，以避免影響子宮收縮。
- 提供安其御膳坊月子餐餐單及協助訂餐。



醫師查房關心

#### Point 束腹帶使用

自然產：避免下床走動後子宮受地心引力影響而下垂，有托腹子宮的作用。  
部腹生產：可固定傷口，減緩疼痛，有助於傷口癒合。

# 產後運動

## 讓產後的媽媽瘦的健康

做好產後運動，可幫助恢復腹部肌肉收縮，促進子宮復原，保持您美好身材。可依個人情況選擇適宜的活動，手術生產者可延後開始運動時間，需持之以恆，如果身體狀況良好，可以做些溫和的運動，避免太勞累，次數可由少慢慢增加，運動前請先解小便，避免飯前或飯後一小時內做運動，若有惡露突然增加大量或疼痛增加，請重新考慮運動項目的適合性。

### 第1天 乳部運動



平躺仰臥，兩臂左右平伸，然後上舉至兩掌相遇，保持手臂平伸，放回原處，重複10-15次

### 第1天 胸部運動



平躺仰臥，身體及腿伸直，慢吸氣，擴大胸部，收下腹肌，背部緊壓地面，保持一會後放鬆，重複5-10次

### 第3天 頸部胸部運動



平躺仰臥，舉起頭盡量彎向胸部，在回覆平躺仰臥，保持身體其他部位不動，重複5-10次。

### 第7天 腿部運動



不用手幫助舉腿與身體呈直角，放下另一腿作相同運動，待體力稍強後，兩腿同時舉起，重複5-10次。

### 第8天 臀部運動



一腿彎舉至腳跟觸及臀部，伸直放下，再舉另一腿，重複做此動作。

### 第10至15天 收縮陰部動作



彎腿約呈直角，身體挺直用肩部支持兩膝併攏腳分開，同時收縮臀部肌肉，重複數次。

### 產後半個月開始

### 腹部運動



平躺仰臥，兩臂交叉胸前，坐起，保持兩腿併攏；雙手在頭後緊握，坐起，重複數次。

### 產後半個月開始 膝胸臥式



將身體採跪伏姿勢，頭側向一邊，雙手屈起伏貼於胸部兩側地面，雙腿分開與肩同寬，胸與背盡量貼近地面，雙膝彎曲，大腿與地面垂直。

### 貼心小語

1. 剖腹產或產道嚴重裂傷者，則需延後開始時間。
2. 運動以緩慢規律的動作進行。
3. 次數以少量開始，逐漸增加不感覺疲勞為原則，運動項目以漸進持續方式進行。
4. 穿著寬鬆方服，排空膀胱，勿用束腹帶。
5. 飯前飯後一小時勿做運動。
6. 於硬木板上做運動。



# 新手父母必知 新生兒完整照護

文/嬰兒室

每個孩子都是父母心中的寶貝，對新手父母來說無疑是一大挑戰，例如：哺餵母乳及、寶寶沐浴、臍帶的消毒、觀察寶寶身體狀況等等，面對這一連串的過程，對於新手父母而言常常會手忙腳亂。本院嬰兒室採取「以新生兒為中心的完整照護」，提供準媽媽們一系列的新生兒照護指導及母乳哺育的團體衛教，並隨時提供諮詢服務，協助新手父母不再手忙腳亂，同時，也鼓勵爸爸共同參與產婦哺乳過程，增進親子的互動，促進家庭和諧性。

## Point 1 嬰兒室RFID親子辨識

### 推廣母嬰安全，建立RFID親子辨識

寶寶在產房誕生並送往嬰兒室清洗及照護前，產房與嬰兒室護理人員會先完整的執行母嬰比對。

在推廣eBeBe愛寶貝動向系統，透過RFID

技術作為新生兒身份辨識的輔助工具。



### 親子同室時，醫護人員進行母嬰比對

本院為母嬰親善優良院所評核通過，推廣母乳哺餵不遺餘力。將寶寶推入媽媽病房準備進行親子



同室之前，先執行母嬰比對，以確保母嬰安全，避免抱錯寶寶的情形發生。

另外，檢驗人員進行嬰兒檢驗抽血時，進行抽血名單比對，避免錯誤。

### 寶寶離院時，進行母嬰比對再次確認

新生兒在辦理出院手續時，除了醫護人員核對相關文件及確認外，經過本系統之辨識確認將嬰兒交付給家屬。



Point 2

[ 寶寶沐浴篇 ]



Baby 洗澡小叮嚀

寶寶洗澡的時間最好在餵奶前半小時或餵奶後2小時，可避免吐奶或溢奶。替寶寶洗澡的時段建議選擇一天當中氣溫較高時（約上午10點至下午2點左右），此時室內溫度約24℃；洗澡時間約5-10分鐘為宜，千萬不要讓嬰兒單獨留在浴缸中，以預防發生意外。

洗澡用物準備



- 嬰兒專用澡盆：準備八分滿約38℃-40℃的水，水溫要適當，先放冷水再放熱水。
- 測量水溫：可用水溫計或以手腕內側測試水溫。
- 嬰兒專用沐浴精
- 小毛巾、大毛巾各一條
- 換洗的衣服：先一件件套好，放置一旁備用
- 尿布、消毒棉棒



正確抱姿及清潔步驟說明

1. 洗澡前替寶寶脫衣剩下尿布，再用浴巾包住身體
2. 先從身體最乾淨的部位，再漸漸洗到最髒的部位



1 洗臉 1+2

- \* 眼睛：擰乾濕毛巾的一角，用手指包住紗布巾輕輕的由眼睛內側向外側擦拭，再用毛巾另一角相同方式擦拭另一眼。
- \* 鼻子：輕輕擦拭鼻孔，擦拭清潔即可。
- \* 耳朵：輕擦外耳及入口部位。
- \* 臉頰：用毛巾輕輕擦拭，避免用力傷害寶寶肌膚。

## 2 洗頭 3+4

- \* 以手臂扶持嬰兒身體，手掌支托頭部，身體夾於腰際間，以姆指、食指或中指，壓住耳後避免水進入耳朵。
- \* 在澡盆中加入幾滴沐浴乳並攪拌均勻。
- \* 用濕毛巾將頭髮弄濕，輕輕的清洗，避免將水潑到寶寶臉上。
- \* 洗淨後用毛巾擦乾。

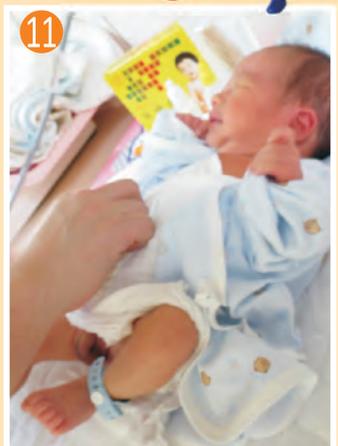


## 3 洗身體 5+6+7+8

- \* 讓寶寶下水前，先用濕紙巾將小屁屁由前往後方向稍微擦拭一遍，再將髒尿布取下。
- \* 一隻手臂穿過寶寶背部，用手掌托著寶寶上半身，另一手手掌托著寶寶下半身，就可輕鬆將寶寶抱起來放入水中。
- \* 寶寶身體突然碰到水，會因為驚嚇而大哭，這是正常反應。媽媽可將沾了水的紗布巾輕輕覆蓋在寶寶的身上，用手掌輕拍寶寶胸部，並輕柔地跟寶寶說話，讓寶寶漸漸習慣。
- \* 清潔寶寶的生殖器官時，男寶寶的包皮輕輕往上推，清潔陰莖的前端，女寶寶則由前往後清潔外陰部
- \* 清洗背部時，媽媽須用右手虎口托著寶寶的腋下，讓寶寶上半身重量移轉到媽媽的右手虎口位置及讓寶寶頭枕在媽媽的手腕處，就不用擔心寶寶突然滑入水中。

## 4 擦乾身體 9+10+11

- \* 幫寶寶洗完澡之後，全身用大毛巾擦乾。
- \* 如果太冷，可先幫寶寶穿上半身衣服，並準備進行臍帶護理。



Point 3

[ 寶寶臍帶護理篇 ]



寶寶沐浴後擦乾身體，取出棉棒先沾75%酒精環形擦拭肚臍根部，再以95%酒精擦拭使其乾燥，不需要包紮，保持臍部乾燥；肚臍脫落後，臍根處稍呈濕潤及分泌物，可繼續用酒精消毒；若發現臍根周圍發紅，有異味、化膿、分泌物，應到醫院就診。

臍帶約7-14天脫落，但有時可至1個月，最多40天，若大小便污染肚臍請用酒精予以消毒。

用物準備：

準備好臍帶護理包

內含：棉棒、75%的酒精消毒及95%的酒精乾燥

步驟說明：

\* 寶寶洗澡擦乾後，先墊上尿布，套上衣服。

\* 媽媽可用大拇指及食指稍微撐開臍帶附近的肌膚，使臍帶根部能完整露出。

\* 接著用棉棒沾75%的酒精，沿著臍帶根部消毒再用棉棒沾95%的酒精乾燥，棉棒不可來回擦拭，以減少感染或沾染的問題。



Baby 臍帶護理叮嚀

\* 寶寶臍帶正常於出生後約10-14天，臍帶會自行乾燥脫落，臍帶乾燥時沒有臭味或發紅現象。

\* 如果發現寶寶的肚臍出現以下情形，就要帶寶寶到小兒科門診就醫，做進一步的治療。

1. 臍帶根部有黃色分泌物且惡臭。
2. 肚臍周圍紅腫、流出大量血水或膿。
3. 肚臍長出肉芽。



## Point 4 [ 哺餵母乳姿勢篇 ]

正確的哺乳姿勢《可預防乳頭的不適》，無論採取哪一種姿勢，媽媽一定要先感覺《自然舒適》，再將嬰兒抱靠近自己。嬰兒的前胸及肚子緊貼媽媽的肚子，嬰兒嘴巴與媽媽乳房為同一水平，使寶寶《含住整個乳頭及乳暈》。

### 餵奶的姿勢

- 1 要先找到一個舒服及放鬆的姿勢。
- 2 若是坐著餵奶：背部要有依靠而挺直，您的腿是平放的，可以放在小凳子上，亦可使用枕頭支撐您的背及手臂，可幫您讓寶寶更靠近您。
- 3 若是躺著餵奶：尤其是在晚上時的餵奶，您可以邊餵邊休息，頭及肩膀舒服地躺在枕頭上，在背後及兩膝蓋間墊著枕頭會比較舒服。

### 抱寶寶的姿勢

- 1 寶寶應靠近您，並面對著您的乳房；寶寶的臉、胸部及腹部在同一平面成一直線，不需扭轉或彎曲或伸展他的頭。
- 2 寶寶的鼻子及上唇正對著乳頭。
- 3 等到寶寶嘴張得很大時，再將寶寶貼近乳房，而不是移動您的乳房去靠近寶寶。
- 4 在寶寶的頭一個月，媽媽不只是托著寶寶的頭和肩膀，也應托著寶寶的臀部，也就是寶寶肚子貼著媽媽與鼻子對著乳頭讓寶寶來靠近乳房，而不是乳房靠近寶寶。



坐姿（搖籃式抱法）



橄欖球式抱法



斜躺臥式



側躺式



側躺式



側躺式

## Point 5

# 新生兒檢查篇



### 腦部超音波



新生兒有些問題卻不易由一般理學檢查發現，例如小寶寶的神經系統和腦部

發育的情形，通常只能由頭圍大小，頭部外型，肢體動作和原始反射的反應中觀察，若想要清楚知道寶寶腦部的構造，就得借助超音波檢查囉！新生兒腦部超音波是經由寶寶未關閉的窗門來作檢查，檢查時機約在1歲半以前施行最適合。藉由【高安全性、高準確性、無放射性、無侵襲性】之腦部超音波檢查可以篩檢出大部分的腦出血、水腦、腦部畸形等變化，然而我們必須承認此項檢查無法看出所有的腦部問題，不過腦部超音波仍然是目前最佳的新生兒腦部篩檢儀器。

### 腹部超音波



新生兒腹部超音波檢查可以全面篩檢寶寶的消化系統與泌尿系統異常的疾病，如：膽道囊腫、肝臟血管瘤、神經母細胞瘤、腎臟腫瘤及水腎、腎水腫等。當然，腹部超音波並不能百分百診斷出寶寶的先天肝腸胃及泌尿系統異常，因為腹部超音波對於小於1公分的病灶要做鑑別診斷是有困難的。另外有些病灶是隨著年紀的增長才慢慢明顯變化(如：嬰兒肥厚形幽門狹窄、膽道閉鎖、某些腫瘤等)。因此，我們衷心建議新生兒能接受此項檢查，以協助寶寶健康成長。

### 心臟超音波



常見的先天性心臟病依序為心室中膈缺損、心房中膈缺損、開放性動脈導管，法洛式四重症、肺動脈狹窄及大血管轉位等。先天性心臟病的臨床症狀大部分都出現的很早，如發紺及心臟衰竭等，若不給予治療，約三分之一的病童，會在出生後一年內病亡！因此，早期的診斷與治療，顯得格外重要。

本院由小兒心臟科醫師親自幫您的寶寶作心臟超音波檢查，藉由【高安全性、高準確性、無放射性、無侵襲性】的心臟超音波檢查，可以篩檢出您的寶寶是否患有先天性心臟病。

若您的家族中、您夫妻本人、其他的子女曾患有先天性心臟疾病，我們誠摯地建議您讓您的寶貝作心臟超音波檢查。

### 聽力篩檢

衛生署國民健康局已公告全面補助新生兒聽力篩檢，只要是101年3月15日(含)以後出生，設籍本國未滿3個月之新生兒，均可接受本項服務。

### 新生兒篩檢



透過新生兒篩檢可以早期發現症狀不明顯的先天代謝異常疾病，只需要採少量的足根血，即可做相關的檢驗。

### 持續觀察寶寶黃疸狀況

提醒爸爸媽媽們，新生兒之黃疸高峰期為出生後4-10天，若寶寶離院回家後膚色變得更黃、活動力及食慾不好時，有可能是黃疸指數升高，請儘快帶寶寶回診檢查。



# 關於 新生兒中重度病房照護

護理照護及觀察

早產兒窩

袋鼠護理

嬰幼兒按摩

嬰兒腸絞痛

文/新生兒中重度病房

準媽媽們懷胎十月，迎接健康的新生命到來，是父母親最期待之事；然而，寶寶住進中重度病房時，對新手父母來說無疑是一個衝擊，尤其是媽媽們心中的無助及焦慮，更是需要家人的支持及安撫。另外，母乳哺育更是中重度病房新生兒不可或缺的重要性，母乳對寶寶而言，是最佳的營

養來源，也是媽媽給孩子最好的禮物；從另一角度來看，藉由哺餵母乳，讓媽媽感受到母職角色的真實感，進而提昇自信心與成就感。普遍而言，許多父母親對於中重度病房存在著些許的迷思，特以本文作一介紹。

# Q 1 何謂新生兒中重度病房？

**A** 針對高危險性之新生兒，提供24小時完善的護理照護。本院新生兒中重度病房於93年7月成立，原名為新生兒觀察室，初創設置3床；本院於98年在院長的遠見之下，經評鑑通過成立【新生兒中重度病房】，為特別需要照顧的寶寶們提供更優質的醫療服務，亦增設了許多新型的醫療科技設備及專業的護理訓練，為宏其醫院出生的寶寶服務，目前病床數擴增為14床。在這裡有24小時新生兒科醫師隨時待命及精準的儀器監控著小寶貝們的安全。



## 病房設備介紹



獨立調奶室



獨立哺乳室

## 特殊儀器介紹



中央氣體設備



中央抽吸設備



生理監視器(站立)



生理監視器(壁式)



黃疸照光床



站立式照黃疸燈



輸送型保溫箱



靜脈輸液幫浦



新生兒處理台



小兒急救車



小巨人幫浦



專屬超音波儀器

## Q 2 何謂高危險性新生兒？

**A** 意指四個月以下嬰幼兒及早產兒，若發生呼吸窘迫、黃疸、新生兒感染、新生兒及幼兒發燒、細支氣管炎、泌尿道感染、早產兒護理以上之症狀時，即需至中重度病房給予更完善的醫療照護。



## Q 3 醫護人員是否有相關資歷及轉院系統是否良好？

**A** 本院擁有新生兒科及小兒心臟專科醫師及中重度病房之護理人員皆持有新生兒高級救命術執照，優秀的醫護陣容共同為您的小寶寶把關。

若因病情需要而必須轉院治療時，本院與林口長庚醫院、新光醫院、馬偕醫院、台大醫院皆有良好的轉院系統，並派遣救護車至本院協助轉院及後續的治療與護理照護。



## 1 Baby care 早產兒窩



主要塑造猶如媽媽子宮內之環境，給予早產兒安全感及被保護的感覺；早產兒或發育不全、體重過輕的新生兒容易受到環境溫度的影響，導致體溫過低。所以，特別需要靠保溫箱來提供一個具有最適當溫度的環境，以支持生長與發育，同時保溫箱也具有隔絕外來病菌，保護這些小生命免受侵害的功能。

## 2 Baby care 袋鼠護理照護早產兒

袋鼠式護理好處多，包括穩定心跳、呼吸、體溫與血氧濃度，對於生長有很大幫助。

由護理人員教導新手父母，如何給予寶寶第一次的親密接觸；袋鼠式護理則是提供溫柔的觸覺，藉由皮膚對皮膚的接觸，增加親子關係，穩定早產兒生命徵象，感受到與寶寶的親密感；亦可使母親奶水分泌增加，媽媽也可以紓解奶漲所帶來的不適。(此項護理無論是爸爸或媽媽皆可執行)

因每位寶寶病情狀況不同，若父母要執行袋鼠護理時，需由本院兒科醫師診視寶寶病情後，才能決定是否合適。

## Top 袋鼠護理執行步驟

身穿前開式的衣服，將僅包裹尿布的寶寶，以直立或60度姿態斜躺於胸前，讓兩人在沒有隔閡下，完全以肌膚接觸。媽媽則用手臂依托孩子的臀部與背部，孩子的背上可以加件小毯加強保暖。在這樣的姿勢下，孩子可以感受到母親的血流聲、呼吸聲與心跳聲，宛如重回子宮。



## 3 Baby care 早產兒出院(轉院)持續追蹤

寶寶出院後，護理人員提供七日內之出院衛教貼心諮詢服務及追蹤，讓新手爸爸媽媽照顧早產兒不會手忙腳亂。

針對新生兒中重度病房各個疾病之寶寶給予個別性護理照護及護理衛教，新爸爸媽媽更安心及放心。

### 早產兒眼睛追蹤

與林口長醫院的早產兒視網膜門診有良好的聯繫，於早產兒出院6-8週給予轉診早產兒視網膜檢查。



## 4 Baby care 嬰幼兒按摩(示範圖如下)

寶寶出生後，會逐漸透過照顧者所給予的實體觸覺刺激得到情緒上的安撫及穩定，對心理安全感的建立是非常重要的。

### Step 1



腳底按摩

### Step 2



腳趾按摩

### Step 3



手指按摩

### Step 4



手指對腳趾按摩

### Step 5



雙足輕搓按摩

### Step 6



腹部順時鐘按摩

### Step 7



臉部由眉間由內向外按摩

### Step 8



背部輕撫按摩

### Step 9



手指指腹在寶寶背部由上往下按摩

## 5 Baby care 嬰兒腸絞痛護理指導(示範圖如下)

嬰兒腸絞痛常見於出生3週至3個月大的嬰幼兒，在出生4-6星期達到高峰。依程度輕重不同，有的幾個禮拜後就自然解除，但有些甚至到4-6個月大才漸漸緩解。這可能是嬰兒的神經生理逐漸發育健全，「感覺」與

「運動」的統合也逐漸成熟以後，「啼哭」不再是唯一的肢體語言，對環境或其他的刺激因素也不再那麼的敏感，啼哭就漸漸的減少了。

### Step 1



父母先把手緩緩放在寶寶腹部，以和緩的語氣告訴他：「要開始按摩肚子囉！」按摩的原則主要就是強調要緩慢，且須於寶寶冷靜狀態下按摩，而非正在哭鬧時，不然會讓寶寶容易產生對按摩的抗拒。

### Step 2



從腹部著手，雙手掌心輪流由寶寶肚臍上方開始往下按摩，約比輕撫時再大力一點，左右手交替往下推動，以穩定的速度進行6次。

### Step 3



將寶寶雙腿膝蓋輕壓向他自己的腹部，然後不動，數6秒。數完後，將寶寶雙腿伸展回原處，輕輕抖動讓他輕鬆。

### Step 4



接下來，父母把手掌放回寶寶的腹部，以寶寶的肚臍為圓心，用左手掌心在寶寶的肚子上持續畫圓按摩(畫6圈)。加入右手掌心從九點鐘往十二點鐘再往五點鐘推送，讓寶寶腹中的脹氣順著腸子的蠕動方向順利排出。

### Step 5



與步驟三相同。

接下來：重複步驟2至5多兩遍。按摩時間的長短可依照寶寶個別習慣，主要記得動作越緩慢，寶寶越舒服，接受度及配合度也越高。

### Point

其實嬰幼兒腸絞痛，在排除器質性因素後，幾乎無後遺症，也不會妨礙寶寶的生長。只要診斷正確，給予妥適的處理，配合醫師的建議，父母親放鬆心情，不必太過焦慮，勇敢面對這個問題，畢竟你的焦慮會對你的寶寶構成更大的傷害，相信所有父母親一定可以陪同嬰兒度過這一個階段！



寶寶健康好放心

手

護

# 孩子的健康

文/健兒門診

孩子的健康管理是爸爸媽媽的責任，定期健診檢查孩子發育、發展狀況、有無疾病或醫師給予育兒建言、提升孩子抵抗力的預防接種對寶寶的健康成長是一件大事，所以別忘記定期為寶寶安排健兒門診。

## 本院健兒門診貼心服務

### 貼♥ 1

與兒科門診區分，以降低感染的風險  
給寶寶一個安全及寬敞的健檢環境，將兒科一般門診(病診)與健兒門診做區分，以降低疾病感染的風險。



### 貼♥ 2

增加服務時段，解決家長的困擾  
健兒門診服務時段為每週一至週日上午時段全開放，並於週二至週六加開兩診健診，解決父母平日不便健診之困擾。

### 貼♥ 3

預約回診服務  
貼心簡訊發送提醒  
例行為健診及預防注射的寶寶做預約回診的服務，且貼心的於健診前用簡訊發送提醒通知。



### 貼♥ 4

評估寶寶狀況及預防接種諮詢  
健診評估寶寶發育、發展狀況、育兒建言、預防接種諮詢，解決新手爸媽育兒的疑惑及不安。



測量體重



測量體溫



測量頭圍



測量身長



↑ 預防接種諮詢

## 嬰幼兒預防注射停·看·聽

- 1 由醫師及護理人員層層把關，達到預防注射之安全性。
- 2 接種疫苗時，請攜帶健保IC卡、兒童手冊。



與家屬說明當日接種疫苗之注意事項



護理人員執行三讀五對步驟



護理人員正確核對寶實施打之疫苗種類



請家屬再次核對寶實施打疫苗之種類及樣品。

## 幼兒公費預防接種時程表

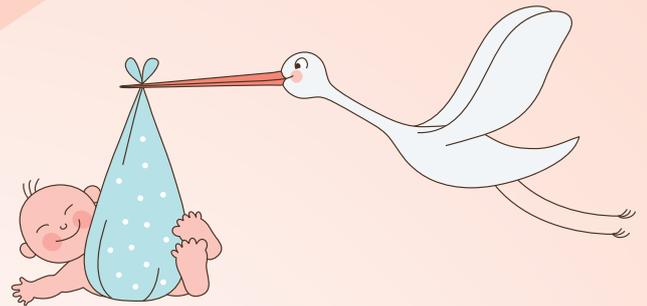
適合接種年齡	疫苗種類	劑數	適合接種年齡	疫苗種類	劑數
出生 24 小時內 儘速接種	B 型肝炎免疫球蛋白	一劑	出生滿 12 個月	麻疹腮腺炎德國麻疹 混合疫苗	第一劑
	B 型肝炎疫苗	第一劑		水痘疫苗	一劑
出生 24 小時以後	卡介苗	一劑	出生滿 1 年 3 個月	日本腦炎疫苗	第一劑
出生滿 1 個月	B 型肝炎疫苗	二劑		日本腦炎疫苗	隔二週 第二劑
出生滿 2 個月	白喉破傷風非細胞性 百日咳、B 型嗜血桿 菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗	第一劑	出生滿 1 年 6 個月	白喉破傷風非細胞性 百日咳、B 型嗜血桿 菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗	第四劑
出生滿 4 個月	白喉破傷風非細胞性 百日咳、B 型嗜血桿 菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗	第二劑	出生滿 2 年 3 個月	日本腦炎疫苗	第三劑
出生滿 6 個月	B 型肝炎疫苗	第三劑	滿 5 歲至 入國小前	減量破傷風白喉非細 胞性百日咳及不活化 小兒麻痺混合疫苗	一劑
	白喉破傷風非細胞性 百日咳、B 型嗜血桿 菌及不活化小兒麻痺 五合一疫苗			麻疹腮腺炎德國麻疹 混合疫苗	第二劑
國小一年級	卡介苗普查 (無接種紀錄且測驗陰性者補種)	第四劑			

## 幼兒自費預防接種時程表

疫苗名稱	適合接種年齡	重 要 性
A 型肝炎	1 歲以上至 18 歲，皆小朋友劑量，共 2 劑(2 劑需間隔 6 個月)	A 型肝炎經口傳染，病從口入，含有病毒的糞便污染食物經飲水後，再經由嘴巴吃到肚子引起感染，孩童接種 A 型肝炎疫苗可提供幾乎終身保護外，並可避免 A 型肝炎感染後再傳染給其他孩童，甚至成人，既利己又利人。
肺炎鏈球菌	◎ 1.5 個月至 6 個月接種 4 劑 ◎ 7 個月至 1 歲接種 3 劑 ◎ 1 歲至 2 歲接種 2 劑 ◎ 2 歲以上至 5 歲接種 1 劑	新生兒以及未滿 5 歲以下幼兒為好發族群，這種細菌經常潛伏在人類鼻腔內，一旦感冒或免疫力降低，肺炎鏈球菌就可能從呼吸道或血液入侵，導致多種疾病甚死死亡。
輪狀病毒 (口服 2 劑)	◎ 4 個月內口服第 1 劑 ◎ 6 個月完成第 2 劑	輪狀病毒感染是一種消化道的病毒感染，會造成嘔吐、發燒、腹痛和腹瀉。嚴重時會引起一天超過 20 次的腹瀉或嘔吐，甚至持續腹瀉 3-9 天。這些狀將會導致嬰兒迅速面臨嚴重甚至危及生命的脫水危機。
輪狀病毒 (口服 3 劑)	◎ 3 個月內口服第 1 劑 ◎ 8 個月完成第 3 劑	



孕育新生命的搖籃



# 人工生殖中心



網站連結

南桃園合格人工協助生殖技術中心之醫療機構

## 想要有孩子，不再是夢想

隨著結婚年齡的延遲、生育年齡延後等因素，不孕症患者在世界各國有逐年增加的趨勢，台灣的統計資料中顯示約有10%-15%的夫婦會有不孕症的困擾。不孕症不是只有女性的問題，不孕症的檢查和治療，應由夫妻二人共同參與；在人工生殖技術日新月異不斷精進之下，現今要完成並擁有一個寶寶已不再是夢想，讓專業人員協助您早日得子(女)。

## News 1 關於我們

2003年9月成立人工生殖中心，自創立以來一步一腳印，踏實深耕於生殖醫學與不孕症之領域，於2004年、2007年與2010年連續通過衛生署國民健康局評鑑優良合格之人工協助生殖技術醫療機構(2013年評鑑目前國健局審核中)。另外，民國100年衛生署公佈為優良人工生殖醫療院所名單中，且擁有人工生殖活產率達全國平均水準，進而肯定人工生殖中心團隊為不孕夫妻之努力。

## 人工生殖中心醫師團隊



宋永魁 教授

1. 台大醫院住院醫師、總醫師及主治醫師
2. 長庚大學婦產科主任、教授
3. 台大醫學院兼任教授
4. 林口長庚紀念醫院副院長 (2000年-2010年)
5. 林口長庚紀念醫院名譽副院長 (2010年迄今)
6. 中華民國骨質疏鬆症學會理事長 (2007年-2009年)
7. 台灣更年期醫學會(2004年-2006年)
8. 台灣婦產科內視鏡暨微人醫學會理事長(1993年-1998年)
9. 台灣生殖醫學會創會理事長 (1990年-1993年)

## News 2 優良團隊陣容

由享譽國內外的生殖醫學與不孕症之權威、前長庚、台大教授宋永魁醫師領軍，成員包含前台北醫學大學的資深不孕症專科醫師：陳杰盛醫師、唐雲龍醫師與多位親切資深的技術人員、諮詢人員，以最先進的人工生殖科技方法，希望協助您達到懷孕生子之願望。



陳杰盛 醫師

1. 行政院衛生署豐原醫院婦產科病房主任、主治醫師
2. 台北醫學大學附設醫院婦產部兼任主治醫師、生殖醫學中心研究醫師
3. 國立成功大學附設醫院婦產部住院醫師
4. 中華民國周產期專科醫師
5. 台灣生殖醫學會會員人工生殖專任施術醫師、主持人
6. 母嬰親善認證委員
7. 台灣婦產科專科醫師



唐雲龍 醫師

1. 台北榮總婦產科專科醫師
2. 埔里榮民醫院婦產科主任
3. 壠新醫院婦產科主任醫師
4. 台北醫學大學附設醫院生殖醫學中心研究醫師兼主治醫師

# News 3

人工生殖中心之就診環境及醫療設備均符合衛生署人工生殖評核辦法之配置標準，且使用高品質之藥品及試劑；環境與設備之圖文介紹如下：



提供溫馨舒適的候診區



醫師專業親切醫療服務



隱密的諮詢空間，討論各種療程



獨立的取精室，提供多款影片，協助先生輕鬆取精。



人工受孕治療室，擁有個人隱私空間



專屬的取卵手術室，提供更優質的取卵環境



胚胎培養室是擁有高效率高濾HEPA系統的無塵空間，實驗室的隔間為烤漆鋼板與地板材質為EPOXY皆經過特殊處理，使細菌不易生長並屬防火材質



多台胚胎恆溫培養箱：提供適當的溫度、濕度及氣體，確保胚胎生長發育的品質。不斷電系統確保胚胎培養過程穩定。



相差倒立顯微鏡及保溫系統：觀察精卵受精情況以及胚胎發育形態的觀察



精卵顯微注射儀：將單一精蟲顯微注射到卵細胞內，可以提高卵子的受精率。



精卵顯微注射儀：將單一精蟲顯微注射到卵細胞內，可以提高卵子的受精率。

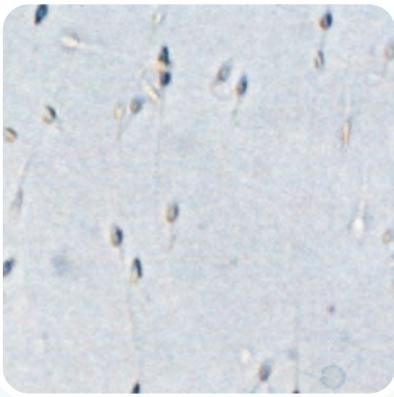


# News 4 服務項目

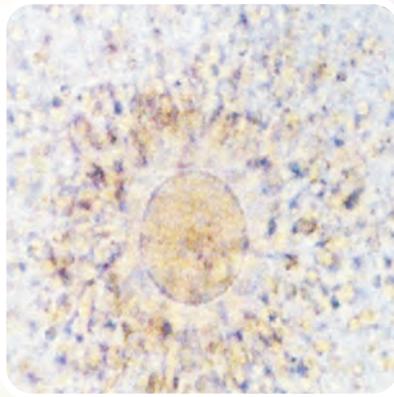
男性檢查	女性檢查	人工協助生殖技術
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 精液分析</li><li>2. 賀爾蒙檢驗</li><li>3. 一般男性不孕症治療</li><li>4. 睪丸及副睪丸取精術</li><li>5. 精子冷凍</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 賀爾蒙檢驗及卵巢功能檢驗</li><li>2. 輸卵管攝影(HSG)</li><li>3. 腹腔鏡檢查暨治療手術</li><li>4. 子宮鏡檢查暨治療手術</li><li>5. 子宮內膜異位症治療</li><li>6. 多囊性卵巢治療</li><li>7. 高泌乳激素治療</li><li>8. 黃體機能不全治療</li><li>9. 協助偵察排卵日</li><li>10. 口服排卵藥治療</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 人工受孕</li><li>2. 試管嬰兒</li><li>3. 精卵顯微受精</li><li>4. 冷凍胚胎</li><li>5. 胚胎解凍及移植</li><li>6. 胚胎雷射助孵</li></ol>



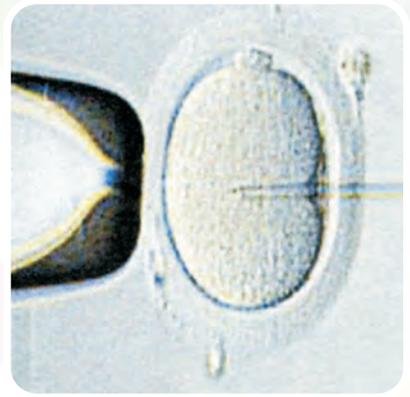
# News 5 生命的起源



精蟲型態



成熟卵子



顯微注射



受精胚胎



分裂胚胎



寶寶來臨



飯店式精緻套房除裝潢高雅外，還有大面積窗戶將室外公園美景引入。

黃金調理期 廣網特輯

# 安其產後護理之家

## 五心級坐月子

### 身心靈滿足 媽媽好

「住好、吃好，還要身、心、靈全面照顧好！」這是安其產後護理之家的最大特色。產後的媽媽首重身心調養與充足休息，因此每房皆備獨立冷暖空調、乾濕分離衛浴…及房內採光自然明亮、緊鄰公園美景也是必要的；至於吃的部份，安其則推出「快樂月子餐」，由專業營養師精算營養攝取量並督導衛生安全，並有合格中餐烹調執照資深廚師製作每日三餐二點，拋開過去傳統的高油、高熱量、無鹽、多澱粉的飲食習慣，完整提供媽媽所需營養並吃出元氣與美麗，同時還可輕鬆面對產後黃金瘦身期。此外，產後衛教課程也是不能少，如何子宮按摩、乳房護理…甚至是評估產後媽媽憂鬱指數…都能讓媽媽完全無後顧之憂地專心坐月子。

### 護理師照護 寶寶好

寶寶若能被24小時細心照料，媽媽月子一定能做好！在安其，每日記載寶寶的生長變化、奶量、皮膚狀況，及大小便情形、情緒反應…之外，還會有專業護理師教導新生兒常見的問題與處理。同時，為鼓勵母親善並促進情感建立，安其還會利用專屬獨立推床與推送專用透明罩，將寶寶推送至媽媽房並教導協助哺乳，藉此增加寶寶抵抗力外還能讓媽媽產後瘦身更容易；當然，專業婦兒科醫師定期巡診，診察媽媽及寶寶健康狀況，都是頂級產後護理之家的貼心表現，而安其都做到了。

### 新手媽咪現身說法

「相信專業，才能放心坐月子！」

正對面就是公園，這對喜歡安靜的我無疑是一大福音。安其的護理人員總是細心解決並協助媽媽的生活照料，尤其24小時照顧我及寶寶，加上婦產科及兒科專科醫師不定期巡診，觀察媽媽及寶寶的健康狀況，讓我無後顧之憂的享受產後美好時光。

地址：中壢市中美路39號2樓  
電話：03-4278888  
網址：www.angelnursing.com.tw



▲為了入住產婦及嬰兒的安全，除專業團隊無微不至的照顧外，定期還有婦產科/兒科醫師巡診。



▶「快樂月子餐」完整提供產後媽媽所需營養，輕鬆面對產後黃金瘦身期。

### 如何選護理之家 月子達人說分明

安其產後護理之家創辦人暨宏其婦幼醫院院長 張紅淇

- \* 24小時全面照護：是否具備護理師執照團隊24小時照顧外，還要定期有專科醫師巡診，診察媽媽及寶寶健康狀況。
- \* 量身規劃月子餐：是否打造乾淨明亮的中央廚房，並聘請專業顧問團隊，精心製作每日的三餐二點。
- \* 加碼寵愛女人餐：除月子餐外，若還能推出寵愛女人餐點如「元氣術後養生餐」與「窈窕淑女生理餐」等，是讓元氣更滿分、營養更加分的貼心作法。

