



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院 產科出院須知

編號	ND婦-012
製訂日期	2005.01
六修日期	2018.05

一、出院須知

1. 出院當日，主治醫師會巡房，再次確認您的狀況，中午以前即可為您辦理。
2. 剖腹產媽媽於出院當日，我們會再次檢視傷口與換藥，並為您預約門診回診時間。
3. 出院當日，兒科醫師會為寶寶再做一次身體評估，若能與媽媽同時出院，我們會一起辦理。
4. 中午以前，護理站會將辦理出院單據送至病房並會向您說明出院程序，請您於病房等待即可。
5. 若您需要醫療診斷書及份數請告知醫護人員，我們將為您準備。
6. 辦理寶寶出生證明：住院期間請攜帶您及配偶身份證或戶口名簿正本，至韓偉大樓一樓急診批價櫃檯領取。

貼心小叮嚀---

- 若您於星期一至星期四生產者，可於隔天上午 09:00 後領出生證明；若於星期五至星期日生產者則需於下星期一下午 13:00 後領取。
 - 基本只給 3 份出生證明，如需更多份則請洽櫃台處理。
 - 辦理報戶口手續，先為您寶寶取名字，攜帶出生證明及戶口名簿，60 天內至當地戶政事務所辦理，以免受罰。
7. 出院完成繳費後，請妥善保管收據，並攜帶媽媽之身分證至嬰兒室抱回寶寶，若媽媽不方便，可由其他家人代領，並請攜帶寶寶之父母雙方身份證，以便核對確認。
 8. 寶寶新生兒篩檢報告會於二週內通知，若報告正常，將會以郵件書面告知，若報告異常，將以電話與您聯絡。
 9. 請您隨時保管好錢財及貴重物品，以免失竊，出院前請再檢視物品是否有帶齊全。
 10. 出院後有任何問題，歡迎電話詢問，諮詢專線：08-7368686 轉 4421 或 4420（婦產科病房）

二、產後注意事項

1. 自然產媽媽請於生產後 42 天左右，待產後血乾淨時，依您的時間自行掛號，回診做產後檢查及子宮頸抹片檢查，最慢請於產後四個月內返院做子宮頸抹片檢查。
2. 剖腹生產媽媽於出院後 7-10 天預約回門診檢視傷口，期間請保持傷口乾燥勿碰水。若是縫線傷口每日可用優碘藥水及生理食鹽水擦拭，紗布覆蓋；若是已貼美容膠傷口則不需每日消毒，必要時更換紗布即可；若傷口敷料具防水效果者仍可採淋浴，否則請改以擦澡方式清潔。產後 42 天左右請依您的時間自行掛號回診，做產後檢查及子宮頸抹片檢查，最慢請於產後四個月內返院做子宮頸抹片檢查。
3. 返家後若傷口有紅、腫、熱、痛、癒合情形不佳或發燒，產後出血量突然變紅、變多或有惡臭味，乳房有紅、腫、熱、痛等情形應馬上回診。
4. 坐月子期間，每次上廁所後用溫水沖洗會陰部，至產後血乾淨為止，並保持清潔乾淨。
5. 有哺餵母乳的媽媽，月經週期會晚來，約 6 個月至一年後才會來，哺餵母乳期間，仍要作好避孕措施。
6. 產後 7 天之後且傷口癒合良好無感染狀況下才可食用麻油、中將湯、生化湯，生化湯有助於子宮復舊及惡露排出，每天一帖，可連續服用 5-7 天，但以不超過 7 天為原則，建議看中醫依個人體質調配食用，並觀察出血情形；產後血乾淨才可食用含酒精、中藥等食物。
7. 若有脹奶情形，請多讓寶寶吸吮，或於排空乳汁之後，兩餐之間利用短暫冰敷方式約 10-20 分鐘，減輕腫脹及疼痛情形。
8. 世界衛生組織建議純餵母乳達 6 個月，才開始添加副食品，並持續哺餵母乳至兩歲以上，以培育出優質寶寶。『世上只有媽媽好，一滴奶一世情，滴滴珍貴，寶寶健壯又開心』『愛他就給他最好的一母乳』。
9. 若需退奶則需逐漸減少哺餵次數，勿按摩及熱敷，可用冰敷、冷敷及穿著緊身內衣，也可至中藥房購買生麥芽草飲用、韭菜。
10. 哺乳期的媽媽比較容易出現碘營養不足，建議多攝取含碘的食物，如海帶、紫菜、海苔及含有碘成份的食鹽，食鹽攝取每日建議少於 5 公克。

※母乳諮詢電話：08-7378149



屏基關心您 祝您早日康復