

剖宫产术后注意事项

一、手术当日

1. 新生儿回到病房，主管护士会和你的家人一起再次核对新生儿腕带，核对内容为：母亲姓名、新生儿性别及登记号，指导家属给予新生儿右侧卧位，再次交代新生儿安全注意事项。
2. 产妇术后回病房，去枕平卧位休息，如有任何不适，及时告诉主管护士。
3. 术后 6 小时内暂禁食禁饮，6 小时后进食流质饮食(如鱼汤、鸡汤、鸽子汤、米汤、菜汤等,请在熬制的汤内放少许盐)，但不能进食产气的饮食（如牛奶、红糖水、红豆汤等）；
4. 及时将您的疼痛情况告知主管护士，避免因疼痛影响休息。如果自觉阴道出血量多，及时告知主管护士。
5. 一般术后 6-8 小时取沙袋，取沙袋后床上适当活动(如伸腿和床上平移)，可抬高床头，床上翻身活动；及时更换会阴垫及外阴清洁。
6. 按需哺乳，每天母乳喂养次数不少于 8 次，10-12 次为宜，坚持夜间哺乳。

二、术后第一天

1. 每日清洁会阴部，避免感染，可做力所能及的自我护理（如床上刷牙、洗脸、梳头等）。
2. 床上翻身活动，肛门未排气前，继续进食流质饮食；肛门排气后，少量多餐，从软食过渡到普食，避免进食过多，引起腹胀等不适。
3. 停心电图监护及保留尿管后，可以下床适当活动，下床前请先座位休息无头晕再由家属搀扶站立，无不适后，才开始活动，下床时请注意安全。
4. 取尿管后可穿内裤，勤换卫生巾，尽早自解小便，争取两小时内解第一次小便，尽量排空膀胱，如果排尿困难，及时告知主管护士。
5. 观察母乳喂养情况：新生儿 24 小时小便至少 6 次；大便至少 1 次量多、多次少量。哺乳后能安静休息。
6. 每日进行新生儿沐浴或水疗及抚触等护理，请备好换洗衣物、尿不湿、湿纸巾。
7. 术后血性恶露一般维持 3-4 天，如果自觉异常，及时告知主管护士。
8. 每日监测体温情况，如自觉异常，及时告知主管护士。

三、术后第二日

1. 保证充分睡眠及休息，及时进食，促进产后恢复。
2. 关注子宫收缩及阴道流血情况，一般术后 48 小时内可排气，注意有无腹胀，下床适当活动并注意安全。
3. 持续母乳喂养，让新生儿多吸吮；如有乳房肿胀、喂养困难，请告知主管护士。
4. 观察新生儿喂养情况及反应，观察新生儿大小便性状、次数。

四、术后第三日

1. 关注子宫收缩恢复情况及切口愈合情况。
2. 术后三日一般自解大便，如果排便困难，及时告知主管护士。
3. 适当增加活动量，适当进食水果及蔬菜。
4. 做出院指导（休息、饮食、用药、母乳喂养、避孕及新生儿出生证明办理方法等）

五、术后第四日

1. 如病情允许，即将出院。
2. 行出院指导（产妇回家注意事项及新生儿回家注意事项），如指导家属新生儿沐浴、脐部护理、黄疸观察、喂养知识、预防接种、出生证的办理、儿童保健等。
3. 指导家属办理出院手续，请收拾好自己的物品。

以上内容仅适应于一般孕、产妇；请根据个人情况，及时咨询医护人员，参考使用以上内容。