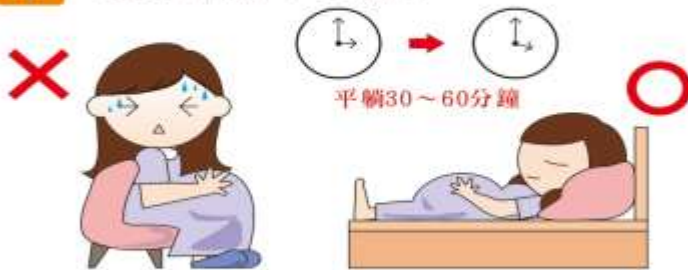


產兆認識

1 規則陣痛 (宮縮)



肚子會有緊繃感或腰酸持續不斷，找個地方躺下來平躺測30~60分鐘，持續3~5分鐘規則1次，請到醫院急診報到。

2 急產 (經產婦特別注意)



從規則陣痛到生產的過程只有2~3小時 (肚子只要有下墜感請立即前往醫院)

3 破水



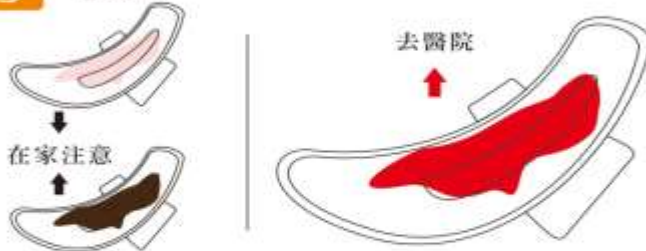
破水有分兩種：
1. 無法控制像尿失禁一樣，大量的水份將衣褲都弄濕。
2. 高位破水，水一點一點的流，此時請墊衛生棉，衛生棉會吸滿水份越來越重，請勿使用護墊，兩者請記住發生的時間寶寶出生紀錄需要寫上破水時間。

4 胎動減少



寶寶不太動的話可以搖肚子或是吃點糖果，觀察30分鐘後如果10~15分仍沒有出現1次胎動，或是1小時胎動少於4~6次，請立即前往醫院。

5 落紅



如果發生落紅此時請墊衛生棉，落紅是像深褐色或淡粉紅可以再觀察，如果是像月經第二天超過半個手掌大小的鮮紅血量，請立即前往醫院，請勿使用護墊影響判讀。

6

任何特殊情況或不適，請立即前往醫院！！！！

※到醫院要帶的物品

1. 夫妻雙方身份證跟孕婦健保卡。
2. 媽媽手冊。
3. 待產期間會提供待產哺乳衣，請準媽媽攜帶個人衛生用品、產墊、免洗內褲、看護墊、衛生紙。
4. 若第一次不是在本院產檢，請攜帶他院B肝、愛滋、梅毒的檢驗報告。

若想進一步了解其他問題請洽諮詢電話05-2756000 轉產房分機 4601、4602

王淑芳等 (2018) · 於高美玲總校閱，實用產科護理 (8版) · 台北：華杏