剖腹產與自然產有何不同?剖腹產術後照護及哺乳重點大公開

文章

8月12,2022

1 MIN

許多孕婦在懷孕時,會面臨要選擇剖腹產還是自然產的難題。由於每位孕婦及胎兒的狀況不同,一般而言,醫生都會評估後判斷合適的生產方式。但相信還是有很多媽媽好奇**剖腹產與自然產的差異**,因此本文將會介紹兩種生產方式,並說明剖**腹產後如何照顧傷口,以及產後飲食建議**□

什麼是剖腹產?媽媽需要剖腹產的6種常見狀況

剖腹產是一種人為的生產方式,**當醫師評估媽媽透過自然生產,會對媽媽或寶寶產生生命、 健康上的影響時,就會建議採用剖腹產**,將寶寶直接自母體中取出,以下為6種醫生可能建 議剖腹產的情況:

1. 有前置胎盤的狀況

前置胎盤是指胎盤於妊娠 20 週以後,胎盤位置依然太低,而堵住子宮頸口。前置胎盤於生產時,可能會先剝離,造成大量出血,因此通常會需要剖腹產。

2. 實實胎位不正

胎位不正是指,當寶寶在媽媽肚子的位置,並非頭部向下時,就屬於胎位不正。常見的胎位不正有:屁股朝向子宮頸的臀位,或寶寶打橫在媽媽肚子的橫位。

3. 胎兒臍帶繞頸

當臍帶過長、羊水過多,或是胎兒較小時,都可能發生臍帶繞頸。而正常來說臍帶繞頸在 1 週內,都屬於安全範圍,若長達 3 週,則會建議採用剖腹產來幫助媽媽順利 生產。

4. 孕婦是高齢產婦

因為年齡增長會影響子宮的功能,自然生產難度也會大於適齡產婦,故有些醫師也會 建議高齡產婦採用剖腹產。

5. 孕婦有妊娠高血壓

妊娠高血壓是指,在懷孕前媽媽並沒有高血壓病史,而在懷孕後出現高血壓症狀,建議日常均衡飲食來幫助控制血壓,並由醫師判斷是否需要剖腹產。

6. 前一胎是剖腹產

可以第一胎剖腹,第二胎自然產嗎?當第一胎為剖腹產時,第二胎若選擇自然生產,子宮破裂機率會較剖腹產高,故部分醫師會建議第二胎依然選擇剖腹產,風險會較小。

由於孕期過程中,胎兒及產婦狀況都可能隨時發生變化,因此建議媽媽要與醫師良好溝通, 再決定採用剖腹產或自然產方式生產。



▲自然產和剖腹產應該要怎麼選?認識兩種生產方式的優缺點,才能幫助孕婦選擇最適合

自然生產、剖腹生產該怎麼選? 剖腹產與自然產的優缺點比較

針對剖腹產及自然產的優缺點,醫師表示這兩種生產過程、適用對象都不同,**兩種生產方式並無優劣之分,醫師會根據孕婦自身的狀況,選擇最適合的生產方式**,因此產婦無需太過擔心,以下為剖腹產與自然產的優缺點比較。

自然產優點:

- 1. 傷口較剖腹產小
- 2. 麻醉風險低
- 3. 產後復原快, 便於哺乳

自然產缺點:

- 1. 有「吃全餐」的風險(自然產若遇困難醫師判斷需改為剖腹產狀況)
- 2. 可能有會陰撕裂傷的情況,增加漏尿的風險。

自然產最大的優點就是後續麻醉風險低,傷口較小、產婦產後即可飲水進食。因為自然產傷口復原較快,也讓產婦能在產後立即開始母乳哺餵。

雖然自然產的傷口較剖腹產的小,但在自然產的過程中,如果會陰部組織出現嚴重的撕裂傷,可能造成產婦日後骨盆腔脫垂,或大小便失禁的風險上升。另外,自然產時陰道被撐開,可能造成產婦出現陰道鬆弛的狀況。若自然產程不順,經醫師專業判斷須改為剖腹產,產婦也有可能經歷「吃全餐」的過程。

剖腹產優點:

- 1. 降低特殊情況下的生產風險
- 2. 漏尿與陰道鬆弛機率較低
- 3. 生產時間可預期, 時程較短

剖腹產缺點:

- 1. 傷口大,手術後沾黏機率高
- 2. 麻醉風險高
- 3. 手術後不便於哺乳

現在有越來越多孕婦選擇剖腹產,**主要原因是剖腹產能預先知道生產日期,且剖腹產的整體手術時間較短,產婦不用經歷長時間待產的不確定性與焦慮。**剖腹生產過程的手術時間 比自然產快,因此產婦不需要忍受陣痛的煎熬太久。另外,**剖腹產也能降低嬰兒感染特定** 病毒的風險,在產痛及破水之前進行剖腹產,能降低病毒傳播的機會。

儘管許多孕婦因為剖腹產手術時間而傾向剖腹產,但不可忽視剖腹產的缺點,麻醉的風險 較高,傷口較大也需要較長的恢復時間。**剖腹產術後的傷口也較容易留疤,沾黏機率也比 自然產高,也造成產後哺乳的困難,可能會影響寶寶攝取母乳營養的多寡。**

剖腹產前如何準備? 剖腹產後媽媽該如何照顧?

如果媽媽已經決定要剖腹產,那麼術前的準備,以及術後的照顧,就非常重要!因為有良好的準備、照顧,才能幫助媽媽的身體加快復原,早點與寶寶見面,以及餵哺母乳。

剖腹產前準備, 跟著剖腹產注意事項, 安心面對手術

- 1. 術前須空腹達 8 小時,禁止飲食、喝水。
- 2. 手術前 1 週始,禁止服用抗凝血藥物。
- 3. 需要請媽媽取下假牙、眼鏡、任何飾品以及手表等,也避免化妝、塗指甲油。
- 4. 大部分醫院都會協助剃除毛髮,以降低術後感染風險。

剖腹產後照顧,幫助傷口復原,加速親餵母乳時間

- 1. 術後檢測生命跡象,若無大礙,會將產婦送回病房休息。
- 2. 術後會需要由尿管輔助排尿約 24 小時,待尿管拔除後,須於 4 6 小時內自行排尿,實際情況須由醫師判斷。
- 3. 為避免傷口感染, 建議 1 週內以擦澡方式取代洗澡。
- 4. 建議可以使用束腹帶緩和疼痛。
- 5. 飲食須注意避免刺激性食物,如:辣椒、酒類與麻油類食品。
- 6. 多吃高蛋白質食物,幫助傷口恢復。

剖腹產初乳什麼時後來? 3 種增加母乳的秘訣,解決剖腹產產後哺乳難題

許多剖腹產的媽媽,也迫切想了解剖腹產是否會影響剖腹產初乳的時間。 自然產的孕婦通常產後,很快就能開始哺乳的親密時光。而採用剖腹產的媽媽們,則需要 花時間照護剖腹產傷口,還要面對手術後的麻藥消退、排氣以及傷口疼痛不適。這些因素 多少增加了產後哺乳的困難度,對此醫師建議剖腹產的產婦,**產後麻藥消退後,可以多藉由束腹帶協助下床活動,以幫助腸胃排氣,便有機會盡早開始親餵。**

由於剖腹產手術後恢復時間長,**因此剖腹產初乳需要等到剖腹產3-5天後才會開始泌乳。** 在這裡,醫師也提供以下三種方式,幫助媽媽增加母乳分泌。

- 1. 準備一些湯湯水水增加泌乳的食品
- 2. 用手擠乳方法維持母乳的分泌
- 3. 親餵寶寶能促使媽媽體內的催產素、泌乳激素作用



▲母乳是寶寶最佳的營養,如果媽媽因為剖腹產手術傷口照護,或因剖腹產影響泌乳量較難親餵,建議媽媽可以嘗試三種方式增加母乳量,也能選擇接近母乳營養的成分,開啟寶寶活力關鍵。

別讓哺餵母乳成為壓力!產後心態放輕鬆,才能開心陪伴寶寶探索世界

醫師表示,許多剖腹產媽媽在手術後,可能因為傷口或其他原因無法順利哺乳,容易影響自身情緒。對此醫生建議,如果產後奶水分泌不足,媽媽也無須過於灰心,務必先向醫師諮詢專業建議,醫師都會有專業的方式,來幫助媽媽循序漸進嘗試親餵母乳。

醫師最後提醒,雖然能親餵母乳很好,但媽媽不要讓哺乳成為一種壓力,諮詢專業醫護人員的意見,盡可能哺育母乳。因此,無論是剖腹產或自然產的產婦,在產後都建議保持充分的睡眠與輕鬆的心情,才能放心的陪伴寶寶探索世界、不怕髒大膽玩。

剖腹產媽媽想知道的事! 剖腹產常見O&A

Q1. 剖腹產的過程與步驟?

在剖腹產手術前,通常進行抽血,產婦需要維持至少8小時的空腹狀態。在待產時則會刮除體毛,並做消毒、確認身分、麻醉方式等衛教,之後進行麻醉開始手術。

O2. 剖腹產過程中,爸爸能夠進產房陪產嗎?

目前疫情的關係,產房多半不建議家人進入手術房陪產。而剖腹生產過程是否能有家人陪產,主要還是會依照醫院政策及主治醫師的決定而定。

Q3. 剖腹產傷口應該如何處理?

一般而言剖腹產傷口如果有妥善照顧,保持傷口的良好狀況,手術後2周內減少碰水,就不須額外的醫療處理。

但若是臨時由自然產改為剖腹產,或是產前有發燒、妊娠糖尿病的狀況,則可能造成剖腹產傷口較容易感染,這時剖腹產傷口的照護就需要諮詢醫師。

Q4. 剖腹產傷口多久會好? 傷口會留疤嗎?

剖腹產傷口時間依個人體質而不同,通常約在 4 - 6 周內可以恢復,因為剖腹產有手術過程,留下疤痕是正常狀況,疤痕的明顯程度則是跟孕婦個人的體質有關。

Q5. 剖腹產傷口痛怎麼辦?

因為剖腹產的傷口會延伸至子宮內層,且當產後子宮收縮、肌肉拉扯時,都會讓傷口產生 疼痛。如果要減緩疼痛,**建議可以利用束腹帶,避免拉傷,也可以依照醫師囑咐服用止痛藥。**

O6. 剖腹產媽媽哺乳不易怎麼辦?

建議媽媽在產後不妨多喝發奶飲品,並且嘗試親餵,增加親子互動。倘若奶量仍不足,也無須過於擔心,先諮詢醫師的專業建議,盡量以母乳哺餵。

重點摘要:

- 當醫師評估自然生產可能會造成媽媽與寶寶的生命危險時,會建議採用 剖腹產。
- 自然生產、剖腹生產並無優劣之分,要依孕婦的實際情況做決定。
- 建議媽媽在剖腹產前,可以多閱讀手術注意事項,安心面對手術。
- 剖腹產術後照顧很重要,可以多補充蛋白質幫助傷口復原,加速可以親 餵寶寶的時間。
- 剖腹產初乳約在術後 3 5 天會開始分泌,可以多準備多湯水的食物,幫助泌乳。

參考資料:

- 1. 剖腹生產注意事項: 中國醫藥大學附設醫院 (link)
- 2. 前置胎盤: 馬偕紀念醫院 (link)







Pagination

頁 1 / 3 頁 1 / 3 頁 2 / 3 頁 3 / 3

每頁顯示結果: 24 ▼