

認識 自然生產

一、何謂自然生產？

指不藉由外力，將胎兒、羊水、胎盤和羊膜等離開子宮，由陰道分娩的過程，在分娩過程中會陰切開術的目的在增加陰道寬度，確保胎兒娩出且減少會陰之裂傷，通常當胎頭下降至會陰可見時執行。

二、下列情形發生時，應到醫院待產：

1. 陣痛：子宮規律性收縮，感覺疼痛或腰酸稱為陣痛。

真陣痛 (True labor pain) 症狀	假陣痛 (False labor pain) 症狀
*子宮收縮規則，頻率、強度漸增。	*宮縮不規則，走動可減輕症狀。
*子宮頸逐漸擴張、變薄。	*子宮頸沒有擴張。
*疼痛部位：腹部、背部、尾骨處。	*疼痛部位：腹股溝、下腹部疼痛。
*不會因走動而減輕疼痛。	*走動會減輕疼痛感。
*生產時開始發生。	*生產前 3-4 星期可能發生。

* 初產婦～每隔 5 分鐘有一次陣痛；經產婦～每隔 10 分鐘有一次陣痛，則需掛急診檢查。

2. 見紅：子宮頸擴口黏液塞脫落，流出少量粉紅色或紅色血液。
3. 破水：羊膜破裂使羊水流出俗稱破水。

三、產程分期特徵：

1. 第一產程：從規則陣痛開始至子宮頸口完全擴張（10 公分）為止。
〔初產婦約 12-16 小時；經產婦約 6-12 小時〕
2. 第二產程：從子宮頸口全開至胎兒娩出為止。
〔初產婦約 1-2 小時，經產婦約 30 分鐘-1 小時〕
3. 第三產程：從胎兒娩出至胎盤娩出為止。
〔初產婦約 5~30 分鐘；經產婦約 10~30 分鐘〕
4. 第四產程：胎盤娩出後 1-4 小時，產後二小時留在產房觀察與休息。

四、入院待產時，我們會為您準備：

1. 更換待產服。
2. 抽血、驗尿等檢驗。
3. 裝上胎兒監視器：監測子宮收縮頻率、強度及胎心音狀況。
4. 外陰皮膚準備及灌腸。
5. 靜脈點滴注射：補充水份維持體力，產後會加入子宮收縮劑幫助子宮收縮。

參考文獻：

李從業 (2008)．實用產科護理．台北：華杏。

諮詢電話 22490088 轉 2601、2602

臺北醫學大學·署立雙和醫院護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印