文章

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

八月 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. **寶寶胎位不正**

   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. **孕婦是高齡產婦**

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的生產方

式。

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Q&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。

Q2. 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。**

Q6. 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)

立即分享