仁安醫院
UNION HOSPITAL

請掃描以下二維碼以獲取電子檔案。

程序資料

自然分娩
Normal Spontaneous Delivery (NSD)

簡介

自然分娩是指產婦在不需使用任何手術的情況下，經陰道自然分娩胎兒的一種方式。產婦可自行決定採用自然或用止痛藥物緩解疼痛的方式分娩。自然分娩不但風險比較低，而且產後身體的復原速度也較快。

剖腹產後陰道分娩

剖腹產後陰道分娩與再度剖腹產相比的風險和好處還不完全肯定。剖腹產後陰道分娩中，嘗試催產會令子宮破裂的可能性增加 2-3 倍。而絕大多數已發表的研究報告顯示，剖腹產後陰道分娩中72-75%可以成功分娩。產程早期就要開始禁食及靜脈輸液，整個分娩過程會有持續的電子胎心監護。如果產程進展不理想，或有其他問題，可以隨時進行剖腹產手術。詳情請與您的產科醫生討論。

程序過程

自然分娩開始時，產婦會感到有規律的子宮收縮（陣痛），子宮頸隨著每次收縮不斷擴張，當子宮頸全開時，胎兒的先露部位便會在產道顯露及娩出。

1. 當子宮頸逐漸張開，子宮收縮（陣痛）的次數會逐漸增多，力度增強，每次收縮大約持續 60 – 90 秒且期間沒有停頓，直至宮頸全開時，產婦會感到一股用力的衝動，請聽從醫生或助產士的指導才開始用力；
2. 胎兒的先露部位進入產道，陣痛的間距會逐漸減少，隨著子宮收縮用力把胎兒推進產道；
3. 胎兒的先露部位進入恥骨聯合及會陰開始感到拉扯；
4. 醫生可能需要在會陰切一小傷口以擴大出口，避免陰道撕裂；
5. 接着胎兒的肩膀及整個身體也會離開產道而娩出；
6. 剪斷臍帶；
7. 胎盤與子宮分離後排出體外，醫生或助產士會檢查胎盤是否完整；
8. 縫合傷口。

* 如產婦過往是以剖腹分娩，醫護人員會小心處理以避免舊有的子宮傷疤撕裂。

在自然分娩過程中，會出現以下三種常用的程序：

1. 人工羊膜穿破術

   人工羊膜穿破的作用被認為是釋放前列腺素和提高催產素的水平以加強宮縮，加速產程進展。通常會應用於：
   - 宮頸已成熟的妊娠引產
   - 產程延長而胎頭已固定
   - 醫生欲觀察羊水的顏色

COPYRIGHT UNION HOSPITAL

2. 會陰切開術

在有需要的情況下，切開會陰使陰道口擴大以協助分娩。通常會應用於：

- 防止會陰撕裂伸展至會陰體、肛門括約肌、肛門及直腸
- 有高血壓或心臟病
- 進行儀器助產

3. 儀器助產

當胎兒受困或第二產程過長時，便會使用真空吸引術或產鉗以協助胎兒娩出。

人工羊膜穿破術

使用有齒的組織鉗或附有小鈎的膠棒經陰道伸入宮頸內刺破羊膜，使羊水緩緩流出。

會陰切開術

1. 進行局部麻醉（若產婦已接受減痛分娩硬膜外麻醉，便可能不需再進行局部麻醉）；
2. 以中側切開法切開會陰。

真空吸引術

1. 把一個吸杯放在胎兒的頭皮上，由真空機抽出空氣；
2. 確定吸杯位置穩固後，配合宮縮及產婦用力的同時作出牽拉；
3. 可能需要進行會陰切開術。

產鉗

1. 進行會陰切開術；
2. 將一對產鉗逐一放置在胎兒的頭部兩側，然後鎖上產鉗；
3. 配合宮縮及產婦用力的同時牽拉產鉗。

可能出現的風險及併發症

1. 自然分娩
   - 過多惡露分泌
   - 陰道破損及疼痛
   - 痔瘡
   - 乳房脹痛
   - 排尿困難
   - 會陰撕裂
   - 胎兒缺氧
   - 骨盤底肌肉創傷
   - 胎盤滯留而需要進行緊急手術取出胎盤
   - 大量出血而需要即時治療及或輸血
   - 剖腹產後陰道分娩的子宮撕裂的可能性稍增加，但仍屬罕見的併發症。
2. 人工羊膜穿破術
   - 如果胎頭未緊貼宮頸時容易出現臍帶脫垂。
   - 如羊水過多，出現臍帶脫垂和胎盤早期剝離的風險會較高。
   - 如羊膜與胎頭太緊貼，穿破術或會造成胎頭表面之輕微刮傷。
3. 會陰切開術
   - 失血量增加
   - 傷口疼痛
   - 傷口感染
   - 水腫

COPYRIGHT UNION HOSPITAL

- 血腫
- 大小便困難（數天後便會改善）
- 性交時感到疼痛

4. 儀器助產

產婦：

- 會陰切開術的併發症
- 助產失敗時，便需即時進行剖腹產手術
- 陰道或肛門受損

嬰兒：

- 頭皮內有血腫（真空吸引術）（會自動消失）
- 面部有鉗痕（產鉗）（會自動消失）
- 鎖骨骨折（會自動癒合）
- 顱內出血（罕見）
- 顱骨骨折（罕見）
- 面部神經損傷（罕見）
- 臂神經叢損傷（罕見）

** 可能發生之風險或併發症未能盡錄。產婦應明白無論程序安排如何妥善，仍有發生併發症的風險，可能需要進行另一手術治療這些併發症。

自然分娩前的預備

1. 醫生會向產婦解釋分娩過程及可能出現之併發症。
2. 請脫下身上所有衣物(例如內衣褲、假牙、飾物和隱形眼鏡等)，然後換上手術衣。
3. 分娩前請先排清小便。

產後護理須知

1. 休息：
   - 產後需要充分休息，促進身體復原。
   - 應有計劃地分配時間，可由家人分擔家務。
2. 個人衛生：
   - 產婦可以淋浴，但應注意先調好水溫，小心著涼。
   - 洗髮後應立即用風筒吹乾頭髮。
   - 如身體清潔，餵母乳前毋須特別清潔乳房。
3. 乳脹：
   - 通常在產後第 3 日開始。
   - 產婦可能有輕微發熱及乳房脹痛，可服用醫生處方的止痛藥緩解徵狀。
   - 餵哺母乳者應多讓嬰兒吸啜乳房以刺激乳腺提供乳液。
   - 餵哺奶粉者應盡量減少對乳房的刺激。
4. 飲食：
   - 從不同種類的食物中攝取均衡營養。
   - 多吃新鮮蔬菜、水果及多喝水以防便秘。
   - 避免飲用含酒精的飲品及進食中藥，如當歸及蓼茸等。
5. 產後運動：
   - 適當及適量的運動有助肌肉及關節恢復正常、子宮復原和預防小便失禁等。
   - 部分輕量運動可於分娩後翌日進行。

COPYRIGHT UNION HOSPITAL

6. 惡露：
   - 惡露是產後由子宮排出陰道的正常分泌物，一般會持續 2-6 星期。
   - 正常情況下，惡露的顏色應由鮮紅色轉為暗粉紅色，然後再轉淡，量也會逐漸減少。
7. 月經：
   - 月經會在產後 4–8 星期來臨。
   - 首一、二次月經的質和量可能有異。
   - 餵哺母乳者的月經或會延遲來臨。
8. 子宮收縮：
   - 當子宮收縮時，產婦會感到陣陣鈍痛，可服用止痛藥緩解徵狀。
   - 按摩子宮有助惡露排出，促進子宮復原。
   - 子宮需 6–8 星期才能完全復原。
9. 會陰傷口（自然分娩）：
   - 每次如廁後應用花洒或沖洗壺沖洗會陰（由前向後），保持傷口乾爽以避免感染。
   - 勤換衛生巾
10. 脫髮：
    產後大量脫髮是由於懷孕期間大量生長的頭髮開始脫落而形成，但此現象會逐漸改善。
11. 產後情緒變化：
    - 由於荷爾蒙的影響，產婦容易情緒不安、易哭、煩躁及失眠。
    - 徵狀通常會在短期內消失。
    - 需要充分休息，丈夫和家人的關懷及支持有助減低產婦的壓力。
    - 如情況持續可能會引致產後抑鬱，需要轉介心理輔導員或專科醫生跟進及治療。
12. 產後覆診：
    - 首次覆診通常在產後 1–2 星期。
    - 產後檢查會在產後 6–8 星期，由產科醫生主診。
    - 完成檢查後，若身體正常便可恢復性生活。
    - 參考醫生的意見，與丈夫訂立一個完善周詳的家庭計劃。

出院後注意事項

1. 如有任何查詢，請聯絡主診醫生或致電以下熱線：
   i. 愛嬰熱線：2838 7727
   ii. 衞生署母乳熱線：3618-7450
2. 請於指定日期、時間及地點覆診。

COPYRIGHT UNION HOSPITAL

如產婦對此程序有任何疑問或憂慮，請聯絡主診醫生。

經過醫生的悉心診治，相信產婦會逐漸康復，並祝生活愉快！

若產婦閱讀此單張後有任何查詢，請記下相關問題，以便醫生作出跟進。

_____

_____

_____

由仁安醫院手術室管治委員會編輯

以上資料只供參考，詳情請向主診醫生查詢
本院保留一切刪改此單張之權利，而不作另行通知

COPYRIGHT UNION HOSPITAL