

會陰沖洗方法

會陰沖洗的目的為保持外陰部清潔，預防泌尿生殖器感染；除去陰道分泌物以增加舒適感；促進會陰傷口癒合及觀察產後惡露變化；施行檢查、治療前之準備。

一、會陰沖洗方法：

(一) 沖洗前

1. 洗手。
2. 用物準備：臉盆、溫水（約 41~43°C，以不燙傷為原則）、清潔手套、肥皂、無菌沖洗棉棒、水溶性優碘、沖洗壺、吸水尿布墊或看護墊、便盆、衛生紙、衛生棉、內褲或紙褲。

(二) 沖洗時：平躺於床上或坐於馬桶上

1. 維持隱密環境，將圍簾拉起及調整室溫，將吸水尿布墊或看護墊置於臀部下方避免便盆弄濕床單，讓病人平躺採屈膝仰臥式於床上，置便盆於臀部下方。
2. 將少許溫水滴在大腿內側，讓病人感覺水溫是否適當，以免燙傷。
3. 在會陰處沖少許水後，抹上適量肥皂，再用溫水清洗。
4. 沖洗時女病人應將陰唇撥開來清洗，洗淨分泌物。（無須刻意將小陰唇分開，以避免沖洗液流入陰道內造成感染）。
5. 用沖洗壺裝溫水，壺口朝床尾，將溶液徐徐由恥骨聯合往陰部沖洗。
6. 若會陰有傷口或留置導尿管，則需準備水溶性優碘消毒傷口或導尿管。
7. 用沖洗棉棒由上往下擦乾會陰處。
8. 若坐於馬桶上，備好紙褲、棉墊、藥膏、沖洗棉棒及裝滿溫開水之沖洗瓶。採上身向後傾斜姿勢，沖洗液由上往下沖洗會陰部，沖洗器瓶口勿觸及會陰部，沖洗後以衛生紙由前往後擦拭，換上乾淨的產墊及內褲。
9. 產婦執行會陰沖洗需持續至惡露乾淨，會陰傷口縫線約 7~10 天會自動被吸收，吸收後線頭即脫落，不需拆線。

二、注意事項：

1. 沖洗時觀察惡露之顏色、氣味（正常惡露為紅色無臭味），以及是否有大量血塊。
2. 更換乾淨產墊時，雙手只能碰觸產墊外面，保持內面清潔。
3. 若會陰傷口出現腫脹、疼痛不適，或有黃綠色膿狀分狀物或異味時，需馬上告知醫護人員或回門診看診。

國軍左營總醫院 護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機 2388、2399