

a)另外，现在缝合伤口的多是羊肠线，万一遇到线头外露的情况，妈妈可别用剪刀去剪，也别试着去抽，应及时回院复查，让医生解决。

b)一旦产生疤痕，也要保持疤痕处的清洁卫生，及时擦去汗液。同时也不要用手抓的方式止痒，以免加剧局部刺激。疤痕的刺痒一般会随着时间的延长而消失。

5)剖腹产后日常生活需要注意的事项：

要注意会阴的清洁，束腹带材质要软；在咳嗽、笑、下床前，以手及束腹带固定伤口部位；不要因为伤口疼痛，而不肯动；如自我感觉有异常应及时去医院复诊。

3、伤口完全愈合需多久？

1、会阴伤口：由于会阴部的血管丰富，血液循环良好，血

流量也很充足，所以伤口愈合的能力非常强。会阴裂伤较浅的伤口3—4天就不会痛了。没被感染的话，会阴裂伤较深的伤口差不多一个星期就能愈合。



2、剖腹产伤口：由于剖腹产手术范围比较大，皮肤的伤口在手术后10—14日就可以愈合，但是，盆腔脏器的恢复时间大约需要4—6周。一般皮肤伤口在一年半左右都会是红色的瘢痕，摸起来有些硬，阴天下雨会痒，这是一个伤口愈合过程中的慢性炎症，一年半后基本就变成一条白色的软软的瘢痕了。如果妈妈不属于瘢痕体质，再加上术后恢复良好，基本上不大能看出来。



禅医官方微信号
Official Wechat

地址：广东省佛山市石湾三友南路3号
官方网站：www.fsccyy.com



制定日期：2017年5月
编码：FCK-折页-中文-107-01

高端产科制作

产后伤口的护理



咨询专线：0757-82263333

 佛山市禅城中心医院
Foshan Chancheng Central Hospital

产后伤口的分类>>

1、顺产伤口

自然分娩可能会留下阴道撕裂伤，或者会阴侧切留下的伤口。自然分娩产后并发症少，相对复原速度比剖腹产来得快，通常约1~2周

疼痛感都已消失。虽然手术很小，但因伤口位



尿道口、阴道口、肛门交汇的部位，还因产后的一些特殊情况很易发生伤口不愈，所以应在护理上也有需要特别注意的地方，防止伤口感染。

2、剖宫产伤口：

剖宫产切口，一般有纵切、横切两种伤口，现代一般采取下腹横切式为主。

住院时伤口的护理>>

1、会阴消毒：顺产后伤口无论是侧切伤口还是撕裂伤口，

在医院住院时护士会为妈妈们进行会阴消毒抹洗，一天两次。剖腹产伤口医生会定期更换敷料。

2、理疗：常规用红外线理疗照射伤口，促进伤口愈合，一天1-2次。

3、伤口止痛：若产后1-3天伤口疼痛时，可随时告知护士遵医嘱适当使用止痛药，可以很好的缓解子宫收缩及伤口疼痛。

伤口的自我护理>>

1、会阴伤口：

1)保持会阴部的清洁与干燥
如果恶露还没有干净，应坚持每天用流动清水冲洗外阴最少两次，大便后也应冲洗一次，冲洗时要从前往后冲洗，以避免大便等脏物的污染。一定要用干净专用的毛巾(不建议用水盆，因为水盆的脏水会循环污染会阴伤口)。

勤换卫生巾，勤换内衣裤。

以避免湿透后浸湿伤口，发生感染。

2)保持大便通畅。

不要总躺在床上，尽量多地走走，不吃辛辣食物，多吃新鲜蔬菜水果，多喝鱼汤、猪蹄汤等汤饮，保持排便通畅，防止便秘发生。若发生便秘，可短暂性辅助使用开塞露。

3)多做缩肛运动

躺着、坐着，随时随地都可以做的。这样既有助于促进肛门扩约肌的收缩，又能够早日恢复阴道的紧致。



2、剖腹产伤口：

1)保持清洁干燥，避免发生感染。

a)定期查看腹部伤口情况，并给伤口消毒。

b)术后两周内，新妈妈可用湿毛巾擦浴，避免沾湿腹部切

口，恶露未排干净之前禁止盆浴。

c)出院后在医生的指导下定期更换敷料，遵医嘱回院复查，一般手术2周后可洗澡。

d)一旦伤口出现了局部的红、肿、热、开裂等现象，或者出现脓性分泌物，或者是发烧等，一定要尽快到医院检查。

2)鼓励新妈妈在手术后多散步

散步能帮助新妈妈尽快恢复胃肠系统功能。

3)适量活动，勿提重物。

回家后尽量多休息，但也要有规律地适当运动，可以促进术后的恢复，还有助于预防诸如血栓等并发症的发生。开始时候可以慢一些，逐渐增加活动量。

坐月子期间不要提比宝宝还重的物品，以免挤压到伤口。更防止以后腰酸腿疼的发生。

4)避免疤痕产生