

陰道生產的婦女在產褥期於大小便後需沖洗會陰部，再以沖洗棉枝由前往後拭乾或可用吹風機吹乾，以維持會陰之清潔乾淨並保持乾爽即可。接著以清潔之衛生棉墊遮護會陰以吸收惡露，並且應勤換棉墊，在滿月惡露乾淨後，會陰傷口癒合大多達到穩定狀態，在婦產科醫師診視下確認傷口沒問題，才可恢復性生活。

會陰沖洗及藥膏塗抹注意事項：

備好紙褲、棉墊、藥膏、沖洗棉枝、普通棉枝及裝滿溫開水或沖洗液之沖洗瓶。

(1)沖洗液：為沙威隆或依必朗一瓶蓋的劑量(約 10 西西)加 300 西西溫開水調泡成沖洗液。

(2)沖洗姿勢：坐上馬桶時，採上身稍微向後傾斜姿勢，沖洗液由上往下、由會陰部往肛門方向沖洗會陰部，沖洗器瓶口勿觸及會陰部。

(3)藥膏塗抹：沖洗液沖乾淨後，以沖洗棉枝拭乾傷口，其它部位如大腿內側、雙臀可用衛生紙拭乾，再用普通棉枝將藥膏由前往後塗於傷口上。

(4)產墊更換：墊上乾淨的衛生棉墊再穿上內褲，更換產墊時勿觸摸內層，由前往後放，記得勤換產墊。

(5)執行會陰沖洗至少持續至產後 14 天或至惡露乾淨為止。會陰傷口縫線會自動被吸收不需拆線，約 30~42 天後縫線開始吸收裸落在外的線頭會脫落，會陰傷口塗擦藥膏至線頭脫落為止。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。