



東區尤德夫人那打素醫院

婦產科部門

## 入院須知

一. 接近預產期時，如發現有「見紅」、腹部陣痛、陰道有羊水流出等任何現象應立即入院。早上七時至晚上八時請到主座地下入院登記處辦理入院登記，其餘時間可往急症室之登記處辦理。

二. 必須攜帶身份証 / 身份證明文件

三. 日常物品 (建議如下)

- (1) 洗滌用品
- (2) 小型暖水壺、水杯
- (3) 胸圍、拖鞋
- (4) 網襪
- (5) 厚運動襪(保溫用)
- (6) 產婦專用衛生巾二包 (連扣裝)
- (7) 床墊 20 張
- (8) 廁紙

四. 嬰兒用品 (建議如下)

- (1) 初生嬰兒紙尿片
- (2) 面紙巾 (盒裝)
- (3) 濕紙巾 (抹臀用)
- (5) 毛巾或包被 (註明母親姓名)
- (6) 嬰兒衣服 (出院時用，請先清洗，勿存放樟腦、臭丸)

五. 探訪指引

- (1) 產房只限丈夫或指定的一位摯親探訪及陪同孕婦分娩。
- (2) 產前及產後房探期請遵照醫院指引，每次探訪只限兩人，十二歲以下兒童不准進入病房。
- (3) 請勿帶薑、酒、蔘類、藥品給予產婦服用。

六. 財物處理

請勿攜帶貴重財物入院，病人須自行保管個人財物，如有需要可自備鎖頭，任何財物之損壞及遺失，院方並無責任。

七. 病床床頭之電插座只供醫療儀器使用，醫院便利店有提供充電及流動充電器租借服務。



東區尤德夫人那打素醫院  
婦產科部門

## 孕婦須知

1. 食物：應攝取足夠水份，每日需飲六至八杯開水，進食有營養及含豐富蛋白質食物如新鮮肉類、蔬菜、魚類、雞蛋、鮮果等。避免進食醃製食物(如鹹魚、味精、腐乳等)及糖份高之食物(如糕餅、雪糕、汽水、糖果等)。少食多餐，慢慢細嚼，切忌進食太急促。
2. 藥物：除非經由醫生處方，切勿隨便亂服中西藥物。  
酗酒和吸煙會影響胎兒健康，應及早戒煙及戒酒。
3. 睡眠：孕婦較容易感覺疲倦，因此應有充足睡眠；並保持室內空氣流通。
4. 運動：適當之運動如散步，柔軟體操或輕易之家務是有益無害的。但不宜作舉重或劇烈運動。
5. 排洩：孕婦易有便秘之情況，建議多進食水果與蔬菜，不可亂用瀉藥。
6. 個人衛生：可如常洗頭沐浴以保持身體清潔，懷孕後期以淋浴為佳。
7. 衣服：衣服要寬鬆，不宜採用腰封、腰帶等。切勿穿高跟鞋，鞋跟高度不宜超過二吋。  
絲襪以襪褲為宜，其他短筒絲襪可能阻礙下肢血液循環，增加水腫機會。
8. 牙齒：因妊娠期內牙齒容易蛀壞，懷孕後應定期往牙醫處檢查。
9. 性交：懷孕最後之一個月應避免性交。如果有流產徵狀，在懷孕最初三個月內亦須避免。
10. 哺乳準備：多了解有關資料，與有經驗的親友傾談或參與產前母乳餵哺講座，作好哺乳的準備。  
每天沐浴及穿著大小合適的胸圍。如有疑問，可請教醫生或護士。
11. 精神健康：應保持心境開朗，過簡單而規律之正常生活。如有需要，可向親友或醫護人員尋求協助。

注意：懷孕期內如發現有陰道出血、頻頻嘔吐、胎兒活動減少、發熱、頭痛、頭暈、眼矇、雙腿或面部腫脹、氣促等情況，應儘快求診。