



側切 5 Question

選擇順產的孕媽媽應該都聽說過「側切」，但是對它又有多少的了解？順產為甚麼要側切呢？是否所有順產的都要進行的？如何可以避免？又有甚麼好處？現在就讓婦產專科醫生逐一告訴你！

Q1 甚麼是「側切」？

A 側切即是分娩過程中，在陰道口的位置，當看到胎兒的頭部時，醫生會在孕媽媽的陰道口左側或右側，傾斜45度的位置，切開一個口。切開的部份包括皮膚、肌肉、部份陰道黏膜。明德國際醫院婦產專科王予婷醫生表示，側切開口沒有限定的長度，要視乎當時的需要，最長的切口可以有4厘米。而側切不會用一般的手術刀或剪刀，而是有一隻設計剪刀，特別用於這種手術上。



Q2 有甚麼好處？

A 側切能讓胎兒出世的時間加快，減少胎兒在陰道口逗留的情況出現。除了上文提及的情況外，若是對媽媽及胎兒有好處的，醫生都會做側切，但這並不是必須的。當媽媽有高血壓、心臟病時，側切都可以幫助他們減少體力的消耗，甚至會用吸引器或產鉗等，協助胎兒出來。王醫生又補充，另一好處是可以防止不規則的會陰撕裂出現，能保護盤底肌肉，比撕裂較為容易修補及癒合。



Q3 甚麼情況下要進行「側切」？

A 當孕媽媽的陰部彈性不夠，陰道比較狹窄，或陰道有水腫、炎症等情況出現，就可能要進行側切的手術。有時候胎兒較為大，胎頭位置不正，又或是孕媽媽分娩時很辛苦，產齡不足，又或產程受阻，不能順利生產，醫生便會考慮進行側切。另一情況就是本身胎兒的心臟有問題，或是孕媽媽有妊娠病，如妊娠高血壓、先天性心臟病或後天心臟病。為減少體力消耗，縮短產程，確保媽媽及胎兒的安全，都會等到胎兒的頭部下降至會陰時，進行側切手術。



王醫生又謂，如胎兒已出現心跳過快或過慢、羊水變得混濁，甚至有糞便在內，令胎兒有機會出現缺氧的情況，便要提早取出胎兒，側切手術亦會在考慮當中。在任何時候，如需要用到產鉗或吸引器幫助分娩的時候，同樣都會使用到側切的方法。

Q4 癒合時間要多久？

A 一般在手術後的一兩星期就會癒合。傷口處理上，基本要保持傷口乾淨、乾爽，需要時時清洗，保持清潔，但不要太用力。另外，可用溫水為陰部進行清潔，如廁後，除了用紙巾外，亦可以用清水清洗；亦要保持陰道乾爽。要保持適量的運動，多吃蔬果及高纖維的食物，多喝水，保持排便暢通；去大便秘時，不要太大力。若真的出現便秘情況，亦盡量不要太過用力排便。

拆線後，媽媽們都不要立刻做劇烈運動，要慢慢地重新適應，媽媽亦要留意傷口有沒有疼痛及發炎，如果真有问题便需要盡早求醫。

25 如何避免側切？

A 有傳產前多做運動就可避免側切，王醫生表示其實都是有根據的。但現代的女性都比較繁忙，較少時間做運動，亦甚少人會注意到盆腔肌肉彈性，如孕婦之前一直沒有做這類的運動的話，至少到了第三個孕期的時候，就要開始做。每日做的次數當然越多越好，其實不論是坐還是站立，都可以進行會陰運動，以鍛煉陰道及肛門的肌肉。而這運動並不只孕婦可以做，在產後都仍要做，甚至普通的女性都可以做。

王醫生謂，健康的飲食對保持正常的體重指標也很重要。健康飲食、適量運動、良好的飲食習慣，目的都是不想胎兒太大，因卡路里太多，或會令BB太大，導致產程變得很慢，需時長，因此，孕婦需要注意飲食。另外，媽媽及爸爸都要充分了解整個生產的過程，如有甚麼簡單的呼吸法、不同的姿勢、有甚麼可以輔助自己生產時比較容易等等；在產前亦可上一些產前班，學做一些能放鬆的運動，對產前都有很大的幫助。

尊重醫生決定及意見

王醫生表示如孕婦有進行適當的運動，增加肌肉的彈性，都可以減少側切的機會。但最終是否需要側切，都要與醫生商議決定，不要堅持己見，覺得自己訓練得很好，而不想做側切手術，要尊重醫生當時的決定及專業意見。因為其實在產程中，是一個考驗，不一定所有事都能如計劃般，所有決定均要合乎邏輯，平衡利弊。

王醫生又謂，其實會陰側切並不是坊間說的這樣恐怖。而絕大部分孕婦的生產過程都非常順利，沒有任何問題；生產後發炎、會陰撕裂的，只是非常少數的。

醫生溝通

孕婦在生育計劃中，應包括側切這一部份，預先跟醫生說出自己的想法，了解側切的情況。孕婦可以與醫生講解自己的意願，讓醫生知道你的意願，了解你的想法。但孕婦都要明白，最後是否進行側切手術，都要視乎當時生產的情況，而醫生都要平衡好處與壞處，因此生產前的溝通十分重要。



美國

My Brest Friend

育兒專家
No.1 之選



市面上的哺乳枕主張多功能，但餵哺時會走位，媽媽要不斷遷就位置。My Brest Friend 是市面上唯一不走位、不變形的哺乳枕，使哺乳過程更舒適、安全。

Kathleen Huggins, RN, MS, IBCLC: "Nursing Mother's Companion" 作者

功能解剖圖

- 1 承托背部，減低腰部疼痛
 - 2 環繞整個腰部，哺育時可保持坐姿正確
 - 3 手部靠墊，可減低肩膀的壓力
 - 4 獨有的盛物袋，可放奶瓶等物品
 - 5 軟墊能緊貼地穩固媽媽及寶寶位置
 - 6 可單手調節鬆緊除扣時無聲
- 100% 柔軟



Retailers in Hong Kong & Macau

EUGENE baby 衛兒



www.mybrestfriend.com