



▶產後調理照護團隊

SNQ 產後照護全方位～ 高雄長庚帶給您安心、暖心和信心

◎高雄長庚中醫部婦兒科主治醫師 金玟縈

國 家生技醫療產業策進會於 2023 年 2 月 14 日在台北美福大飯店舉辦第 25 屆「國家生技醫療品質獎」暨「SNQ 國家品質標章」表揚典禮，由賴清德副總統親自頒獎。SNQ 為「Safety and Quality」的縮寫，其認證標章透過包含各專業領域的專家所組成的顧問評審團來做品質及安全嚴格把關。高雄長庚產後調理

照護團隊（以下簡稱本團隊）榮獲今年度 SNQ 標章的認證。

亞洲國家深受傳統華人文化影響，坐月子的習俗相當盛行。坐月子目的為讓產後婦女身心靈復原，補充產後哺乳時所需的營養以即早恢復體能。但因現代家庭忙碌加上仿間坐月子中心林立，很多產後調理已成制式化，甚至生產出調理包，忽略了中醫



▲ 高雄長庚產後調理照護團隊榮獲今年度 SNQ 標章的認證，由筆者代表授獎

需要經過醫師辯證論治，以人為本的核心。若對產後各階段處置方向的不熟悉，服用生化湯時機的不當，或無法嚴格控管中草藥品質等，都可能會使坐月子讓產婦調理身體的美意受到影響。鑑於有效且安全的產後中醫調理對媽媽們之重要性，本團隊由中醫部蔡明諺部主任統籌，在婦產部蔡慶璋副主任、鄭欣欣醫師與賴韻如醫師的協助下，創立以病人為主體、中醫為軸心的整合型團隊，成員包含產後護理之家、中醫養生室、社福課及護理師、營養師、復健治療師、中藥師。

在妊娠後期狀況穩定之孕婦或小產者，產後即納入本團隊管理，針對產婦產後常見症狀如惡露淋瀝、產後水腫、乳汁不足、產後憂鬱、下背痛、體重失控等，給予個人化調理，並提供中醫體質鑑定及產後膳食選擇等；若為高危險妊娠者，則作為輔助角色協助高危險妊娠團隊。至今本團隊參與臨床護理教學，開立聯合門診及中醫婦科教科書的製作，高雄市政府月嫂培訓，服務人次達 1000 人次，且發表 5 篇論文。

本團隊特色分別為：

一、安心—治療經驗豐富、藥材品質把關

團隊累積多年的經驗，幫助產婦做最合適的建議與治療。且中藥材不論外敷或內用，皆經過定量、定序以及重金屬、農藥等多重把關檢驗，確保藥材正確性及品質，讓哺乳的媽媽們安心服用，這也是我們長庚醫院對中藥安全的承諾。

二、暖心—產期衛教叮嚀、產後主動照護

產婦們在做月子時有許多迷思，親友們有些不正確的資訊，

例如做月子期間不能喝水、不能盥洗等，使得衛生福利部健康國民署發文予以澄清。本團隊對於衛教格外重視。從產前到產後皆提供正確且配合實證的衛教資訊，並配合社福課透過積極參與社區月嫂培訓和婦幼館講座，幫忙推廣正確的衛教觀念。

三、信心－依據中西實證、多元團隊整合

團隊以中西醫合作模式為主，並根據產後狀況制定治療指引，為了落實辯證論治的精神，本團隊納入多種治療模式，除了科學中藥粉與水煎劑；針灸則含體針、皮內針、耳針、與雷射針灸；還有推拿、藥膏、穴敷等。

在治療時依循實證，使產後調理不僅標準化、科學化，亦能符合個人需求，產婦在產後調理過程有充分的信任。

生產是婦女的人生過程，並非疾病，但由於現代婦女必須身兼數職，產後身心靈的復原更需要強力的支持。本產後調理照護團隊堅持「安心、暖心和信心」服務，多年來在王植熙院長的支持下，為產後婦女提供全方位的協助，讓媽媽們有能力、有後援、有體力，用樂觀正面的能量，勇敢去面對產後的各式新課題，開創圓滿的美好人生。此次的得獎，只是開始！我們團隊將持續秉持初衷，為您努力！

		第一階段 1至10天	第二階段 11至20天	第三階段 21至30天
 推拿  穴敷  藥膏  針灸  雷射  中藥	中藥調理	生化湯	八珍湯	十全大補湯
		目標：排除惡露，幫助子宮收縮(不與子宮收縮劑併用)	目標：補氣養血，調補脾胃為主，使生產時耗損的大量氣血得以快速恢復	目標：補氣營養、恢復體力，幫助卵巢功能恢復，預防落髮
	惡露不行	定義 產後惡露不行、需促宮縮者 使用方式 生化湯 服用天數 一個禮拜後剖腹產服用3天份；自然產服用5天份 注意事項 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 不與西醫子宮收縮劑併用 ◆ 針對單獨氣虛不能攝血、陰虛火旺、失血過多、單純血熱或兼感溫熱所致的諸種症候者，禁用 ◆ 另外，像是子宮異常出血、胎盤植入、嚴重腹痛發燒、發炎、惡露黏稠味道不佳等，應另外開立處方治療 		

▲ 產後三階段治療指引