



JING YING  
POSTPARTUM CARE

晶英產後護理之家

---

---

服務指南

---

---



最優質的產後護理之家



全程呵護 | 頂級享受 | 專業細心

親愛的貴賓您好：

感謝您選擇晶英產後護理之家一起共度產後修復的溫馨時光，全體同仁向您致上最誠摯的歡迎！

這份服務指南中將詳細的介紹本產後護理之家所提供的各項服務、設施、住房及訪客須知等。如果您有任何需要，請隨時與本產後護理之家的服務人員聯繫，我們將提供您及新生兒最佳的服務，同時也希望您與家人能擁有最難忘及喜悅的月子時光！



# 目錄

哺育母乳十大政策.....	P4
入住須知.....	P5
訪客入館規範.....	P7
用電安全管理.....	P9
交通資訊.....	P10
設施介紹.....	P11
館內購物清單.....	P21
設備使用教學.....	P22
房內設備使用教學.....	P24
新生兒照護須知.....	P29
預防母嬰跌落措施.....	P30
認識新生兒身分辨識.....	P31
寶寶安撫技巧-5S.....	P32
母乳哺餵須知.....	P35
實施親子同室感染管制及安全須知.....	P37



# 哺育母乳十大措施

- 一、護理師定期進行教育訓練並與您制定哺餵母乳之訓練計劃，熟知正確哺餵母乳的重要性與技巧，共同支持哺餵母乳政策。
- 二、入住期間提供您哺餵母乳之相關衛教與指導；使您知道哺餵母乳的好處，能親身授乳，並拒絕接受配方奶之促銷活動。
- 三、提供您哺餵母乳及維持奶水的分泌等相關衛教與指導：包括哺餵母乳姿勢、維持泌乳、含住乳房技巧。使您了解如何哺餵母乳及如何促進奶水分泌。
- 四、新生兒除非有醫療上的需求，不提供母乳以外的食物或飲料給新生兒，若因您個人原因要求使用配方奶，家屬需自購奶粉，如有醫療需要必須添加水分或母乳代用品者，須以杯餵或滴管餵食。
- 五、鼓勵實施親子同室，提供 24 小時彈性哺餵母乳，並有感染控制及安全措施政策。
- 六、鼓勵依新生兒的需求哺餵母乳，不限制哺乳的時間及次數。
- 七、哺餵母乳之新生兒，不主動給予人工乳頭或安撫奶嘴。
- 八、鼓勵哺餵母乳，並禁止母乳代用品的促銷。
- 九、專人定期評估支持哺餵母乳政策之成效。
- 十、設置哺乳諮詢專線及轉介系統。



# 入住須知

- 入住時間：12:00 至 14:00。  
退房時間：09:30 前。  
(預延長住房天數，請於原退房日一週前告知，禮賓將會於退房前三日確認是否可加住)。
- 無線網路及新生兒視訊帳號 & 密碼，請參照『入住歡迎小卡』。
- 22:00-06:00 為大樓夜間管制時間，進出請攜帶房卡以便查驗。
- 大廳大門因安全性為 24 小時管制，您的房卡無法感應開啟，19:00-09:00 進出大門請按鈴後等待嬰兒室確認身分後為您開門。
- 進入大廳大門前請測體量溫、手部消毒及戴醫療口罩，進入管制區前請換穿室內鞋，室內鞋為贈送，離館可帶回家。
- 入住後提供每房房卡 2 張，住房期間請妥善保管，離館需繳回禮賓櫃檯，若不慎房卡遺失或毀損，需酌收工本費\$500/張。
- 入住後無外出之限制，產婦需先至禮賓櫃檯登記時間後即可外出，返回本機構需先沐浴更衣後再接觸新生兒本機構禁帶鮮花、榴槤及食物氣味過重之食物。
- 18:30-20:30 為嬰兒室紫外線消毒時間，此時段請配合將新生兒推回房內親子同室。
- 22:00-09:00 請勿使用公共區域設施(按摩椅、運動器材)，避免影響其他住房客戶休息。
- 10:00-19:00 為咖啡吧之養生茶及擦澡用暖薑供應時間，可依需求自行裝取(暖薑保溫壺在房內洗手台下方)。
- 09:00-16:00 為房務服務時間，整理清潔無固定時間，住房期間每日採重點式整理清潔，每 7-10 日更換床組，若有特殊需求，請致電禮賓人員為您安排。
- 床組一週內更換 3 次以上，將會收取清潔費\$300/次。



# 入住須知

- 房內提供之哺乳衣、隔離衣及各類毛巾使用完請丟置污衣籃（位於洗手台下）才會更換新的，私人衣物請自行處理，若需要洗衣資訊請洽禮賓櫃台。
- 房內衣櫥、燈架上，嚴禁懸掛清洗未乾衣物。
- 房內提供延長線一個，請勿自行攜帶延長線及家電用品，嚴禁食物烹煮，以保持整潔衛生與避免火災發生。
- 房內飲用水已煮沸（維持在 50 °C），若有需要 100 °C 熱水請至後段咖啡吧取用，取用時請小心燙傷。
- 房內門上有逃生路線圖，如遇到緊急情況需逃生，請按照館內人員引導（609-612 房請協助護理師撤離新生兒）。
- 館內及房間內物品請愛惜使用，如有人為損壞需照價賠償。
- 為維護房間內環境舒適，除濕機請保持開啟。
- 餐點使用完畢廚餘可放在碗內，請勿倒在洗手台、馬桶。自帶及外送食物享用完請打包好隨餐盤放置房內或咖啡吧的推車上，每房贈送特製不銹鋼餐具一組，離館可帶回家。
- 房內設備冷暖空調、淨水設備、奶瓶消毒鍋、新生兒視訊、免治馬桶、浴室冷暖氣機、空氣清淨機、除濕機、按摩椅…等設備，請參閱『設備使用教學』。
- 本機構樓下 B3、B4 有平面大停車位，若需要租停車位，請於週一至週五洽禮賓櫃台辦理；臨停請先至 B3 繳費。
- 本機構為禁菸場所，全面禁止吸菸、嚼檳榔及飲酒，以確保他人身心健康。
- 為確保住房客戶安寧，請注意陪宿者孩童勿大聲喧嘩、吵鬧及跑跳。
- 請勿將衛生棉、衛生紙、食物或異物丟入馬桶，以免造成阻塞。
- 金錢等貴重物品請務必自行妥善保管。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 訪客入館規範

- 為有效感染控制，本機構限定訪客皆在大廳會客。
- 疑似呼吸道、腸胃道、接觸性感染或法定傳染病者嚴禁進入。
- 訪客進入本機構需配合配戴醫療口罩、消毒手部及量測體溫等措施。
- 全面禁止飲食、吸菸、喝酒、賭博、嚼檳榔及攜帶寵物、鮮花入內。
- 訪客來訪時請勿大聲喧嘩、奔跑及敲打嬰兒室玻璃窗。
- 訪客時間為每日 13:00~16:00，最新的訪客規範將於您入住本機構前提供給您。
- 訪客需嚴格遵守會客規範，並於時段內離開本機構，早到、未預約、時間到及超過會客人數將不得入本機構。



## 訪客入館規範

- 為有效感染控制，本機構限定僅產婦、產婦之其他子女及一名固定陪宿者可進房內。
- 疑似呼吸道、腸胃道、接觸性感染或法定傳染病者嚴禁進入。
- 陪宿者入本機構前需測量體溫、配戴醫療口罩及消毒手部等措施。
- 全面禁止吸菸、喝酒、賭博、嚼檳榔及帶寵物入內。
- 大廳門禁時間為 19:00~09:00，進出大門請按鈴後等待嬰兒室確認身分後為您開門。
- 新生兒於房內時僅限產婦及產婦之先生陪伴，若有臨時訪客時則須結束親子同室並返回嬰兒室，不得獨留新生兒在房內，避免造成危險。
- 產婦之其他子女若要陪宿，需先簽署『入住同意書』，入住期間不得單獨留在房內及無法與新生兒同室。
- 產婦之 7 歲以下其他子女離開房間後，房間需經紫外線消毒 30 分鐘後新生兒才可進房，紫外線消毒時產婦也需離開房間。
- 房間內備有綠色隔離衣，僅供未沐浴更衣欲接觸新生兒時使用。
- 如需使用哺乳室，請洗手並戴醫療口罩；罹患發燒(除已知感染之發燒)，急性呼吸道感染，皮膚感染及傳染病者，不得使用哺乳室及接觸新生兒。





# 用電安全管理

為預防跳電及電器災害發生，維護本機構電器使用，確保用電設備安全，特訂定本管理辦法。

- 為確保用電安全，禁止使用自帶延長線。
- 住房內禁止攜帶使用發熱性 or 高耗能電器，電磁爐、微波爐、電爐、電暖器、電鍋、烤麵包機、烤箱、電熱毯、電湯匙、煎藥爐、煮水壺、烤燈等。
- 用電設備逾使用年限者，本機構會編列預算汰舊換新，請放心使用。
- 非經本機構採購或捐贈程序入庫設備，未經工務審查用電安全者不可使用。
- 如您有需要溫熱食物，請善用咖啡吧合格電鍋或微波爐。
- 使用電鍋或微波爐加熱食物期間，請勿離開，以免發生過熱情形。
- 任何違規使用本機構插座之情形，得進行撤除插頭，禁止使用，以確保機構內消防用電安全。



# 交通資訊

晶英產後護理之家坐落於健康 21 世紀大樓，地址為台北市松山區健康路 156 號 6 樓，健康路及光復北路交叉口、三軍總醫院松山分院對面。

## 乘車資訊：

- 搭乘捷運板南線至國父紀念館站 5 號出口(松山菸廠)，轉乘 254 至南京新村站或國軍松山醫院站；288(區間車)至南京寧安街口站下車
- 搭乘捷運松山線至小巨蛋 5 號出口(健康路)，沿南京東路直走，遇到光復北路左轉至光復北路，健康路口時右轉即可到達本大樓
- 搭乘捷運蘆洲線至松江南京站 8 號出口，沿松江路走到南京東路上轉乘 307、306、266、棕 9 至南京寧安街口站或轉乘 652 至南京新村站
- 可搭乘公車 46，54，57，64，204，266，277，279，282，306，307，604 於南京寧安街口站下車；0 東，48，254，278 於南京新村站或三軍總醫院松山分院站下車

## 停車資訊：

- 本大樓地下室設有平面大車位，如您需要承租車位，請於週一~週五上班時間至禮賓櫃檯辦理手續。
- 本大樓提供臨時停車、月租停車及短期租車之方案：
  1. 臨時停車\$40/每小時，離場前請先至 B3 繳費
  2. 全日停車\$7000/月。
  3. 夜間租車\$3500/月，\$4000 逾時押金。
    - 3-1. 單日承租\$150
    - 3-2. 十日承租\$1200
  4. 短期租車\$300/日，最少 10 日以上。
  5. 以上停車方案，本大樓之 B3 或 B4 空位之車格皆可停車。
- 停車方案請洽禮賓人員為您說明。



# 設施介紹

親愛的貴賓您好：以下提供晶英產後護理之家內部設施介紹。

## 客房介紹：

晶英產後護理之家-台北健康會館位於精華地段，交通便利、鬧中取靜，白天遠眺陽明山景及飛機起降、夜晚享受絢麗摩天輪燈光變化；這裡不僅僅為寵愛媽咪懷胎十月的辛勞，也協助媽咪、爸爸找到角色轉換的鑰匙，從身心靈煥然新生一股祥和、安定的力量，能夠從原來的家庭銜接到新生命加入的幸福家庭。

整體設計以時尚溫馨為主軸，提供了沐晨房 14 坪、沐曦房 11 坪、沐悅房 10 坪、沐樂房 9 坪、樂悠房 8 坪及樂沁 7 坪等房型選擇，結合專業醫護團隊及六星級渡假飯店住房環境並配合貼心管家服務。房內的陳設以簡約大方為基調，以沉穩色調營造溫馨愜意的氛圍，輕鬆體驗悠然產後假期。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設施介紹

## WIFI :

- 帳號：Jing Ying-Baby
- 密碼：1234567890

## 館內分機 :

- 櫃台：101、102（09:00~19:00）
- 嬰兒室：106、107（24小時）
- 產科護理站：108（10:00~17:00）

## 送餐時間 :

- 早餐+早點心：08:30
- 午餐：12:00
- 午點心：13:30~14:00（遇外送餐則無此時段）
- 晚餐+晚點心：17:00



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設施介紹

## 嬰兒室

採獨立負壓空調系統，另增設觀察室，每位新入住之新生兒皆需觀察 3-5 天，由本機構之小兒科醫師巡診後才可回到嬰兒室；為有效降低傳染疾病的傳播，嬰兒室於每晚 18:30-20:30 進行紫外線消毒！

本機構採全護理師照護且三班制不輪班，每位護理師皆具備新生兒高級救命術證書(NRP)及基本救命術(BLS)，任職期間仍會進修相關專業課程，提供您與新生兒最專業的照護。

本機構提供嬰兒室新生兒視訊鏡頭，畫面可於客房內電視及 APP 上操作觀看。

APP 安裝請翻閱第 24 頁。

- 小兒科巡診：每週一及每週四 10:00 (遇課程順延)
- 婦產科巡診：每週四 09:30



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設施介紹

- 以下為嬰兒室交班時間，請勿在此時段送ㄋㄟㄋㄟ及推送寶寶

每日
07:30-08:30
15:30-16:30
18:30-20:30
23:30-00:30

- 後送醫療支援：

國泰醫療財團法人國泰綜合醫院	
地址	臺北市大安區仁愛路四段 280 號
電話	(02)-2708-2121
台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人馬偕紀念醫院	
地址	台北市中山區中山北路二段 92 號
電話	(02)-2543-3535



# 設施介紹

## 產科護理站

本機構配有產科護理師，每日進房測量產婦之血壓、體溫、脈搏及心跳…等生命徵象之測量，也會協助評估惡露量、子宮復舊及收縮…等情形；除此之外，傷口護理、排泄狀況評估、產後飲食之調整、乳房情況評估與按摩及衛教、身心靈之評估與關懷、協助親餵及學習新生兒照護之技巧。

## 禮賓櫃台

櫃台禮賓服務時間為每日 09:00~19:00，若您於入住期間有任何回饋或需要服務的地方，您可向您的專屬禮賓反映，所有禮賓人員也真摯且熱忱的為您解決在館內所需的大小事！



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設施介紹

## 咖啡吧

咖啡吧提供 24 小時研磨咖啡及加熱電器，微波爐上方有隔熱手套及防濺加熱蓋，為了安全起見，使用微波爐、烤箱期間請勿離開。電鍋使用時請將使用牌翻至您的房號，使用完畢請將使用牌復歸並隨手拔除插頭。洗手台僅供洗手用(不可倒廚餘)，感謝您的配合！

每日 10:00~18:30 為養生茶飲及擦澡用暖薑汁之供應時間，如有需要可自由裝取。

多功能教室之咖啡吧設有 24 小時的氣泡機、唐寧茶包，您可於休閒時酌量使用；洗手臺旁邊的彎管為 100°C 飲用水，裝取過程請小心安全。

(氣泡水機使用方式已標示於機器上，掃描 QR CODE 即可觀看，氣泡水瓶隨房放置一瓶於冰箱，請勿於瓶內添加非清水之其他飲品；如遇打氣後無氣泡感，請通知禮賓人員更換)



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE



# 設施介紹

## 多功能教室

館內提供多類專業親子課程及產後瑜珈課程，課表將會於每月月底更新；親子課程多為館內醫師、營養師、護理督導、護理長及護理師主講，入住期間皆可自由參加，不須額外預約報名；我們將於課程前 30 分鐘廣播提醒。

每週將舉行一次產後瑜珈課程，課程動作已請專業瑜珈老師針對產婦設計，您可評估身體及傷口恢復情形報名參加，讓您入住期間也能享有輕鬆的運動時光；瑜珈課程名額有限，如需報名請洽禮賓。

■ 為確保每位產婦都能享有課程服務，第一次預約成功時將會向您收取 300 元押金並於離館時歸還；若課程已預約後，需取消請於課程前一日告知，若當天取消課程將不退還押金，下次預約時需重新繳納瑜珈押金。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設施介紹

## 多功能教室

休閒區備有按摩椅、跑步機及腳踏車機，按摩椅承重上限 90 公斤，切勿與孩童共乘；使用器材時請注意安全，勿單獨讓孩童使用、玩耍，為避免影響鄰近客戶休息，不開放時段為 22:00-09:00（跑步機使用方式已標示於機器上，掃描 QR CODE 即可觀看）。

## SPA 教室

館內提供安靜、舒適的 SPA 環境，精油 SPA 紓壓則是配合溫和熟練的按摩手法，可以使產婦釋放身體疲憊與壓力，消除因哺乳所產生的肩頸痠痛感，改善身體水腫現象、有益循環，讓身體更輕盈自在！



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

## 設施介紹

- 服務時間：每週二及每週四
- 預約方式：服務前一日的 15:00 前向櫃台禮賓預約。
- SPA 收費：NT\$2,200/60 分鐘、NT\$3,300/90 分鐘、NT\$4,400/120 分鐘(屬館內消費不含在房費裡)

每次以 60 分鐘為單位，如您預計全身 SPA，建議 90 分鐘-120 分鐘效果尤佳；SPA 前建議先簡單沐浴。



# 設施介紹

## 洗髮室

本館選用產品皆為知名品牌 AVEDA，洗、剪髮服務提供完整吹整，即便在月子期間，也不擔心毛囊阻塞、頭皮受涼的問題，讓您清爽舒適的度過每一天。

- 服務時間：每週一及每週四(館內消費不含房費裡)
- 預約方式：服務前一日的 15:00 前向櫃台禮賓預約。
- 洗髮收費：①頭皮護理 SPA：NT\$600/次；②暖薑：NT\$900/次
- 剪髮收費：NT\$750/次(洗髮另計)
- 新生兒古禮剃胎毛：NT\$1,350/次(請自備 10 元及 50 元硬幣，各別 6 或 8 枚)



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 館內購物清單

小花擠乳器(二代)	\$1,500/個	辛巴儲乳瓶 120ml	\$250/支
優合配件(S、M、L) 優合擠乳器/組	\$880/個 \$2,590/組	優生玻璃奶瓶 120ml	\$250/支
電動美樂配件(M、L)	\$1,280/組	貝親玻璃奶瓶 160ml	\$510/支
AVENT 雙邊電動擠乳器	\$5,900/組	辛巴玻璃奶瓶 180ml	\$390/顆
減壓坐墊	\$650/個	辛巴奶瓶嘴頭(S、SS)	\$160/顆
坐浴盆	\$450/個	紗布包巾	\$1,250/2 條(不拆賣)
美樂白色墊片	\$80/片		\$600/條
美樂黃色活塞	\$80/個	嬰兒肚衣(無包裝)	\$240/件
親餵套組 (鼻胃管+3ml 空針)	\$50/組	純棉紙巾	\$80/盒
乳頭保護罩	\$520/組	長頸鹿紗被	\$1,200/條
假乳套	\$390/組	房內衛教手冊	\$880/本
飛利浦 3 號原味奶嘴	\$200/支	室內拖鞋(男/女)	\$450/雙
哺乳枕(U 型枕)	\$1,480/顆	室內拖鞋(藍色)	\$250/雙
黃色小樹哺乳褲裝(M、L) 粉色玫瑰哺乳褲裝(XL)	\$1,580/套 \$1,680/套	客房枕頭	\$1,280/顆
手拿冷熱敷袋	\$150/個	晶英餐具組	\$350/組
凝膠冷熱敷墊	\$250/個	晶英牙刷組	\$150/組
寶乖亞益生菌	\$1600/罐	影印-黑白 彩色	\$10/面 \$20/面



# 設備使用教學

## 丹普電動床(僅提供沐樂、樂悠及樂沁房)：

- 1.可選擇頭部或腳部，按鍵往▲(+)或往▼(-)，自由調整您要的高度。

## 電視：

### 機上盒頻道：

- 1.訊號源移至 HDMI 1。
- 2.如您發現無訊號請開啟機上盒開關(於電視遙控器之左上角)

### 寶寶視訊：

1. 訊號源移至 HDMI 2。

## 衛浴暖房系統：

- 1.請選擇你想使用的功能。
- 2.按定時鍵，設定您要的時數。
- 3.若要結束請按停止鍵。

\*溫馨提醒~淋浴時請暫停暖房功能，避免溫度過高造成不適；淋浴完畢請設定為乾燥功能。

## TOTO 免治馬桶：

- 1.可自由選擇您要的功能，對應按鍵使用即可。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 設備使用教學

除濕機：



空氣清淨機：



Sodastream 氣泡機：



奶瓶消毒鍋：

COMBI：



NACNAC：



小獅王：



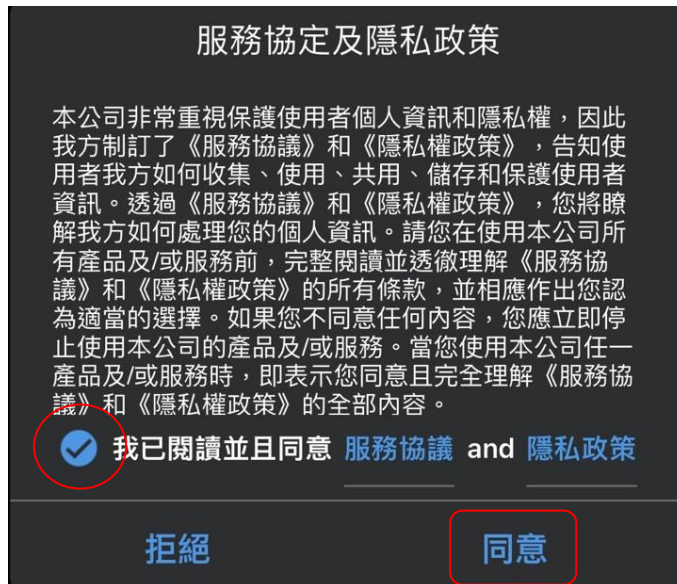
# 房內設備使用教學

## 寶寶視訊 APP 安裝教學：

1. 下載 APP : Guard Viewer



2. 服務協定及隱私政策請打勾按同意



3. 選取”立刻試用”





# 房內設備使用教學

4. 點選左上角功能鍵



5. 選取”裝置”



6. 點選”+新增”



7. 選取”免註冊添加設備”



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 房內設備使用教學

8. 點選”允許”



9. 點選”不再提示”後，按”確認”



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 房內設備使用教學

10. 掃描 QR CODE。



11. 輸入以下資訊後，點選”登入”

使用者名稱：**三碼房號**，如 626。

設備密碼：**@jy24+寶貝四碼生日**，如@jy240101

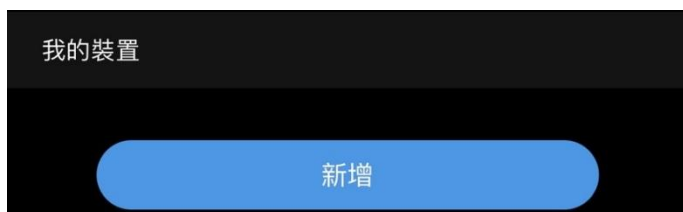
A screenshot of a login interface on a dark background. It features two input fields: the first is labeled '使用者名稱' (Username) with the value '626'; the second is labeled '設備密碼' (Device Password) with the value '@jy240101' and a small eye icon to its right. Below the fields is a note: '請確保設備密碼為強式密碼' (Please ensure the device password is a strong password). At the bottom is a large blue button labeled '登入' (Login).

12. 點選”允許”

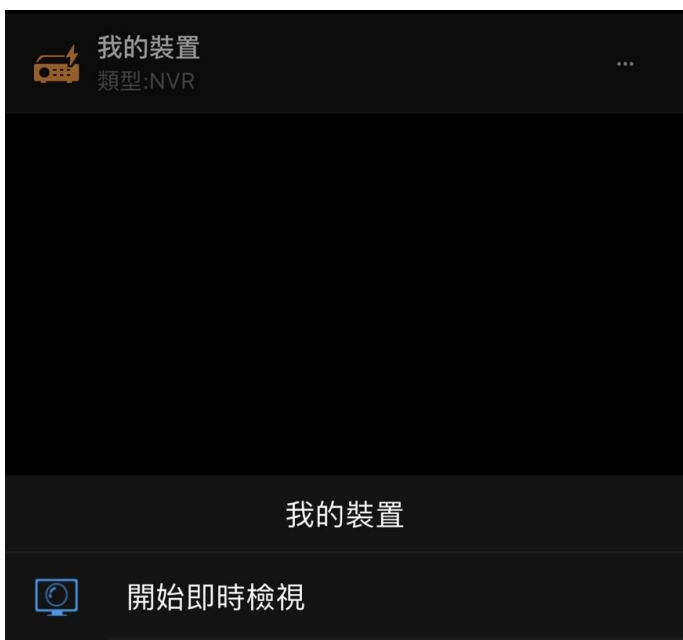


# 房內設備使用教學

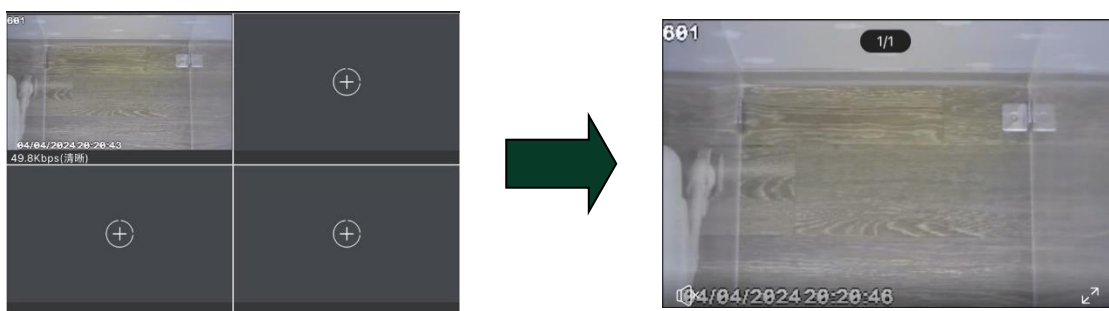
13. 點選”新增”



14. 點選”我的裝置”後選取”開始即時檢視”



15. 畫面點兩下可放大



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 新生兒照護須知

新生兒照護資訊將於您入住期間由護理師指導如何預防紅臀、臍帶護理、新生兒黃疸觀察及如何處置、溢奶與吐奶之差別與處理腹脹評估方式及處理、新生兒便秘的處理、泡奶及換奶方法與注意事項、奶瓶消毒方法、母乳溫奶方式、口腔護理方法與觀察鵝口瘡、返家後常見問題之指導\_\_等，如您對於新生兒照護上有其他想了解之專業知識，都可詢問護理師。

每週日晚間都有新生兒沐浴團體教學課程，我們將在您離館前 3-5 日安排至您的房間進行一對一指導及回示範新生兒沐浴。另外建議為了能完整學習照顧新生兒，建議您可於退房前 3-5 日施行親子同室，護理人員將協助及教導您照顧新生兒的知識及技巧。若預施行親子同室，請於同室日前 1 日通知嬰兒室護理人員協助您後續同室事宜。

## ■ 母嬰同室獎勵辦法(請依館內提供獎勵品為主)

獎勵條件(每日累積達 12 小時)	獎勵獎品
滿 7 天	嬰兒服 1 件
滿 14 天	純紗包巾 1 件
滿 21 天	長頸鹿紗被 1 條



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 預防母嬰跌落措施

- 當產婦親餵哺乳時，在產婦及新生兒側邊置放捲成條狀的棉被、枕頭或 U 型枕頭以防止產婦及新生兒跌落。
- 若未哺乳時可使用嬰兒床或輔助物(棉被、枕頭或 U 型枕頭等)來填塞空隙，防止新生兒跌撞或掉落。
- 新生兒須在產婦或陪宿者之視線範圍內(包含上洗手間時)，如須離開請推回嬰兒室。
- 為了方便觀察新生兒之生命徵象，請將床頭燈常開。
- 當新生兒有異常狀況時，請撥打嬰兒室分機：106、107 或按壓床旁及浴廁之緊急鈴，通知護理人員處理。
- 非經產婦的同意，館內人員不得私自帶走新生兒或交由其他親屬。
- 推送時須將嬰兒床放平，推送者雙手放置推車架上，減少碰觸並避免車體攀落。
- 停放嬰兒床時須在視線範圍內。
- 產婦及陪宿者能正確操作緊急鈴。
- 新生兒若睡於嬰兒床內應注意床輪是否有固定。
- 產婦及陪宿者撫抱新生兒時應抱於胸前以防止新生兒跌落。



# 認識新生兒身分辨識

- 護理人員與您核對產婦身分、新生兒資料及新生兒手冊，新生兒放置於新生兒床內，並在雙腳戴上腳圈。
- 與產婦核對腳圈，內容有床號、產婦姓名、身分證字號、生產日期及生產方式、新生兒出生體重及性別。
- 新生兒雙腳圈材質選取易固定、方便、富彈(韌)性、防水及柔軟之材質。
- 每班護理人員會確認新生兒腳圈是否符合皮膚外觀狀況並予以紀錄。
- 配戴雙腳圈時，應以可以放入一尾指為適宜之距離，避免過緊造成血液循環不良或是過鬆容易掉落。
- 每班護理人員在執行護理照護前及小兒科會診時，會核對新生兒床頭卡與雙腳圈是否符合。
- 因新生兒為「身分辨識困難族群」，身分確認過程須嚴格執行，腳圈在新生兒身分辨識是重要的工具。請其勿任意移除，以利身分之辨識。
- 產婦及陪宿者接送新生兒時，護理人員須於推出嬰兒室前核對新生兒腳圈身分及床頭卡，確認新生兒床是否為該新生兒之位置。
- 推出嬰兒室時「核對 4 步驟」，與您核對(1)產婦姓名(2)新生兒之出生日期(3)新生兒腳圈(4)檢視妳身分證影本，確認無誤後才可將新生兒交付給爸媽。
- 護理人員不會將新生兒交付給陌生人，請產婦及陪宿者親自接送新生兒。



# 寶寶安撫技巧-5S

研究表明，約有 50% 的新生兒一天之中哭鬧的時間超過兩個小時，另約莫 20% 的新生兒會有無休止的嚎啕大哭並反復發作，常常令初為人父母的爸爸媽媽手足無措。但請不要認為哭是一件壞事情，哭是上天賜予我們的一種本能，所以我們應好好的利用它去跟新生兒溝通。

早教專家 Amanda 介紹了安撫新生兒的五個小竅門：“包、側、嘯、搖、吮”。這種方法來源于美國兒科醫生哈韋·卡普博士多年的臨床經驗和 5000 多例嬰兒的實際安撫案例研究。

## 包裹(Swaddling)：

胎兒在媽媽的子宮里是被緊緊包裹著的。專家認為，“襁褓法”可以讓新生兒感覺像是重新回到了子宮，獲得被保護的安全感。

具體方法是：使用長寬均為 1.5 米的包布將新生兒包裹好，在不妨礙新生兒正常呼吸的前提下，盡量包得緊些。



圖片來源:summer 官網





# 寶寶安撫技巧-5S

## 側抱(Side)：

剛剛降生的新生兒還沒有完全準備好迎接新的環境，對他們來說，從子宮的溫暖環境裡出來就像是讓普通人類從樹上掉下來，刺激了人類與生俱來的「莫洛反射」，表現為哭鬧不停；而把新生兒豎直抱起或側抱則會關閉這一反射，能讓新生兒儘快安靜下來進而獲得安全感。



【側抱法】



【趴抱法】



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 寶寶安撫技巧-5S

## 聲音(Shushing)：

其實胎兒在母體中的環境並不是非常安靜的，包括母親血管流動的“刷刷”聲、母親心臟跳動的聲音、腸胃蠕動的聲音、說話的聲音等等。新生兒耳膜較厚，對成年人來說有點大的聲音，可能對於新生兒來說剛好合適。家長可以為新生兒營造這種類似的聲音環境，例如：使用吹風機、吸塵器、收音機、烘乾機、流水聲或選擇「白噪音」，都可以達到類似的效果。對著新生兒的耳朵“噓”聲也很受用，新生兒可以從中獲得安全感。

## 搖晃(Swinging)：

在媽媽的子宮里，無論媽媽在走路、坐著看電視，或是睡覺時翻身，新生兒的感覺就像在海上坐船一樣舒適，因此輕輕地搖晃會受到新生兒的喜歡。但專家提醒家長注意：搖晃新生兒的幅度要小，不適當的搖晃可能導致身體受到傷害甚至猝死。

## 吸吮(Sucking)：

若試遍了任何方法都不行的時候，可以試著使用安撫奶嘴，吮吸不僅能夠緩解寶寶的飢餓感，還會激活大腦深處的鎮靜神經，將寶寶帶入深沉的平靜，進入滿意的放鬆階段。



圖片來源: 大紀元 網站



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 母乳哺餵須知

入住期間護理師將提供產婦母乳哺餵協助、指導包括教導舒適及正確的哺乳姿勢、母奶收集及保存方法、手擠乳及吸乳器擠乳方式、乳房照護、脹奶及疏通乳汁護理...等之協助。

## 母乳儲存小叮嚀：

- 本館有提供每房 8 支專屬儲乳瓶，供儲存母乳使用。
- 正確儲存母乳的好習慣是很重要的。在您入住時會提供「儲乳透明標籤」，請於每次擠奶後在隱形膠帶上註明日期、時間、房號、名字+之子/女，並立即貼於瓶身，如此才能精準的儲存您的母乳。
- 我們在您的住房內皆備有您專屬的母乳儲存冰箱供使用，故冰箱內請勿放置過多食物，且盡量與母乳分開放置，以確保母乳之衛生。
- 基於衛生考量，入住期間請自備或可向本機構購買電動吸乳器耗材，如：喇叭罩、矽膠隔膜、鴨嘴閥門、花瓣按摩護墊等品項，如須購買請洽客服。
- 將母奶送至新生兒室，護理師以瓶換瓶方式，換給您乾淨已消毒過的儲乳瓶。



# 母乳哺餵須知

## 母乳儲存時間 333 原則：

- 新鮮擠出之母乳置於室溫可存放 4-8 小時，但建議在室溫下放置以不要超過 3 小時為標準。
- 母乳置於冷藏室內，至少可存放 3 天，儘量勿和其他食物混雜儲存。
- 母乳置於冷凍室內，可存放冷凍 3 個月。
  - 以溫水加熱之解凍奶放於冷藏室 4 小時內仍可使用，但不可再冷凍。
  - 可用母乳袋及奶瓶分裝儲存，並標示儲存時間及日期。
  - 解凍過但未加溫的母乳應置於冰箱 24 小時內使用。
  - 擠出之母乳若未能於 1 小時內使用，應立即放入冰箱。
  - 溫度、日期相同之兩瓶母乳可儲存於同一收集瓶或收集袋內。

如您有其他母乳哺餵問題，都可利用下列管道獲得母乳相關的諮詢：

- 晶英產後護理之家台北會館 24 小時諮詢專線：(02)2745-8880  
嬰兒室分機：106、107
- 行政院衛生署國民健康局母乳哺育諮詢專線：0800-870870
- 台灣母乳協會：<https://www.breastfeeding.org.tw>



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 實施親子同室感染管制及安全須知

## 什麼是親子同室？

是指產婦與新生兒在同一房間一起生活，提供家人持續性與新成員接觸的機會，儘早建立親子關係，並提早學習如何有效的照顧新生兒，使父母在離館返家後對新生兒的照顧更有信心。

## 親子同室的優點：

- 提供安靜舒適的哺乳環境
- 提高母乳哺餵成功率
- 學習實務育嬰技巧及知識
- 提早建立親子關係
- 增強產婦與新生兒親密依附及安全感

## 實施方法：

- 在產婦與新生兒健康狀況許可下，無時間限制。

## 感控措施：

- 產婦房間內均備有洗手設備，嬰兒床均備有酒精，接觸新生兒之所有人員均先需洗手消毒。
- 新生兒於房內時僅限產婦及陪宿者陪伴。
- 產婦或新生兒如有突發不明原因之感染，即暫停親子同室。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE

# 實施親子同室感染管制及安全須知

## 安全措施：

- 為維護新生兒的安全，親子同室起將由護理師推送新生兒至產婦房內並與產婦核對新生兒身份；新生兒推回嬰兒室時請交給戴識別證之護理師，不將新生兒交給未配戴館內證件之陌生人。
- 護理師將確定周遭環境的安全確保新生兒不會掉下床，及產婦也需瞭解「防止母嬰跌落措施」內容。
- 請勿讓新生兒離開產婦視線範圍，新生兒須隨時有人陪伴，請產婦避免將新生兒單獨留在房內，如需暫時離開房間，請通知護理師。

## 注意事項：

- 產婦與新生兒有健康問題或需求時可隨時尋求協助，並作適當調整。
- 實施親子同室時，由嬰兒室護理人員指導產婦及陪宿者新生兒常見問題處理。
- 護理人員會定時至房間內探視產婦與新生兒親子同室情形及記錄。
- 房內門口均有該房逃生動線示意圖，如遇災難請配合館內人員指引。
- 館內設置有監視錄影系統，並管控進出之人員。



# 怎麼發現產後憂鬱症？

## ♥ 給媽咪和爸爸的悄悄話 ♥

在這段時間裡是否常莫名其妙的悲從中來，淚水不由自主的流了下來呢？是否常自問到底發生什麼事？為何總覺得事事不如意？為何大家關注的焦點已不知不覺地從自己身上移開了，今後每一件事都要再多一層的考量，也不再是自由自在了，還要將心思放在那分散我關注的小蘿蔔頭身上，是否讓您常感覺到身心疲憊不堪？

其實當您抬頭看看，踏出房間，您會發現原來大家都在身邊陪著您、協助您，請您相信是不用獨自面對這一切的！產後憂鬱症並不可怕，但輕忽它就容易造成傷害。然而每位產後的媽咪多少都會沒來由地產生負面情緒，若正巧又遇到挫折時感受會更加劇，這時請您不要害怕，一定要尋求協助，勇敢說出心裡的感受；此時的另一伴的陪伴也極為重要，更多的陪伴與包容才能幫助您度過這段人生的低潮，也才能一同讓你倆愛的結晶快樂健康的長大。

晶英產後護理之家也在這與您們一同面對這段時期，也全力以赴的支持與幫助您們一同走向快樂自在的生活，共同發現生命的美好。產後心情量表可以協助我們及時發現可能連媽咪都沒有發現的微小情緒，我們也將協助您如何了解自己的情緒壓力，學習如何緩解壓力來源，遠離產後憂鬱症。

### ■ 心理衛生資源：

- 請撥打嬰兒室分機：106、107。
- 衛生福利部安心專線 1925（依舊愛我）：提供全年無休、24小時免費心理諮詢服務。



晶英

產後護理之家  
POSTPARTUM CARE



J I N G Y I N G  
P O S T P A R T U M C A R E

晶英產後護理之家

---

---

服 務 指 南

---

---



最優質的產後護理之家



全程呵護 | 頂級享受 | 專業細心