

1 「產後母嬰立即肌膚接觸」技能評核表

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. 依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹，問候個案及陪伴者，說明來意。			
3. 向個案說明之後肌膚接觸的進行過程。			
4. 評估個案狀況是否適合進行產後即刻肌膚接觸(個案意識清醒、雙手可活動、可觀察嬰兒狀況)			
5. 接觸個案身體應先徵求同意，視機構規範，維護個案的隱私			
6. 執行及說明立即不中斷且安全的肌膚接觸至少兩點：			
— 新生兒出生後，裸露的嬰兒立即趴在個案裸露的身上(直接與個案皮膚對皮膚的接觸)			
— 當母嬰肌膚接觸開始後，同時擦乾嬰兒的頭部及身體(除了手掌外)			
— 持續評估嬰兒穩定度(如：沒有呼吸暫停、沒有發紺及沒有低活動力)			
7. 執行及說明在產後母嬰肌膚接觸時需評估的安全面向(不論哪種生產方式)：			
— 觀察新生兒(查看外觀、膚色、呼吸及活動力)			
— 觀察個案(健康狀況、清醒度、疼痛程度)			
— 執行母嬰保暖(如移除濕包布、換上保暖乾淨包布)			
8. 執行及說明至少三個產後安全照護新生兒的面向：			
— 個案採取半躺姿(將個案的床或產台頭部抬高至少30度，以避免嬰兒平趴)			
— 請陪伴者協助注意嬰兒安全，必要時加入床欄、護欄等防護設備			
— 詢問個案是否看得到嬰兒臉部			
— 確保嬰兒有足夠空間可以自主性抬頭			
— 檢查個案的生命徵象及意識			
— 說出嬰兒的呼吸、膚色、活動力的評估結果			
9. 告知個案及其陪伴者有問題要向誰反應			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
10. 確保個案及其陪伴者知道如何觀察母嬰的安全			
11. 可說出產後一小時內至少每 15 分鐘做一次母嬰觀察			
12. 與個案對談，包括至少三個在嬰兒出生頭一至兩小時內，當嬰兒準備好時，讓嬰兒吸吮很重要的原因：			
— 啟動母乳製造			
— 促進泌乳			
— 增加子宮收縮			
— 個案學習如何辨識嬰兒的行為暗示			
— 個案學習如何辨識嬰兒含乳			
13. 向個案描述至少三個嬰兒在主動吸吮乳房前的餵食前行為：			
— 嬰兒在適應新環境時，會有清醒與短暫休息的交換狀態表現			
— 將手放置於嘴邊，並做出吸吮動作及發出吸吮的聲音，或流口水			
— 以手觸摸個案乳房			
— 專注於乳暈			
— 向乳房移動			
— 找尋乳頭區域並張大嘴巴含乳			
14. 請個案及其陪伴者說出如何觀察餵食前行為			
15. 協助肌膚接觸過程中，會詢問個案感受			
16. 讚美個案實際做對的行為，肯定其努力			
17. 協助肌膚接觸結束後，再次依機構感染管制規定落實手部衛生			

回饋欄：

2 「抱嬰兒哺乳的姿勢」技能評核表

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. 依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹，問候個案及家人，說明來意			
3. 視機構規範，維護個案的隱私			
4. 詢問個案此時討論的合適性			
5. 使用開放性提問，了解個案先備知識/技能，包括：			
— 是否知道嬰兒想吃奶的暗示性行為，至少說出3項			
— 之前的哺乳經驗(受過教導)哺乳經驗的感受性並評估媽媽乳房外觀			
— 會的哺乳姿勢或詢問個案想採用的姿勢(尊重個案想選擇的哺乳姿勢)			
6. 引導個案自己操作，只有在評估需要額外協助且獲得個案同意後，才動手調整			
7. 引導個案達成舒適與安全的母乳哺育姿勢			
— 教導個案和家屬如何將嬰兒順利且安全從嬰兒床(車)抱起及放下			
— 確認個案了解適合自己且舒適，依照現在身體狀況來調整，符合自己的哺乳姿勢			
— 鼓勵哺乳時讓嬰兒露出雙手接觸個案			
8. 哺乳姿勢原則：			
— 確認個案的背部及手臂(或側躺餵時雙腿間)有支撐			
— 嬰兒單側耳朵、肩峰及髻(腸)骨嶺保持一直線			
— 嬰兒胸腹部與個案身體貼緊			
— 嬰兒頭頸部和肩膀受到支托，頭可自由活動，勿施壓。			
9. 抱嬰兒哺乳的姿勢-生物哺育法：			
— 舒適後仰半斜躺角度:15-64度			
— 藉由嬰兒本身體重之重力作用，自然趴在個案胸腹部			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
10. 抱嬰兒哺乳的姿勢-坐姿：			
— 確認個案的雙腳可踏地、膝蓋略高於臀部(必要時可踩凳子，或可盤腿坐)			
— 工作人員觀察並引導個案(自覺)，說出自己是放鬆、不聳肩、不前傾遷就嬰兒(至少說出兩項)			
11. 抱嬰兒哺乳的姿勢-側躺：須注意嬰兒背部的支撐物須放置於頸部以下			
12. 觀察一次完整的母乳哺育，並說出至少五項重點			
— 嬰兒的胸腹部貼緊個案的身體，使臉部能正面面向乳房而不需轉頭面向乳房			
— 嬰兒的頸部和肩膀都受到支托，頭部可自由活動			
— 個案沒有將嬰兒的頭強壓向乳房			
— 個案抱嬰兒姿勢穩定，身體各處有足夠的支撐，不覺緊繃或酸痛			
— 嬰兒含乳(下巴貼緊乳房，頭部微微後仰，上下唇外翻，不只含住乳頭，還含住乳暈，下方乳暈含得較多)評估並說出哺乳後個案乳房和乳頭的感覺、乳房外觀(具體描述)			
— 規律的有效吸吮，有聽到短暫的停頓			
— 飽足徵象:鬆口、身體放鬆...(明確說出)			
— 評估並說出哺乳後的乳房外觀			
— 哺乳後，詢問個案乳房和乳頭的感覺			
13. 過程中，隨時關注個案感受(詢問個案感覺)			
14. 讚美個案實際做對的行為；肯定個案的努力			
15. 請個案說出抱嬰兒餵奶的重點			
16. 請個案說出以後自己會的餵奶姿勢			
17. 接觸個案後洗手(落實手部衛生)			
18. 雙向回饋			
— 學員做的好部份			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
— 需再加強的部份			
— 下次評核期待在精進的部份			

回饋欄：

3 「手擠乳的技巧」技能評核表

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. 依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹，問候個案及家人。			
3. 說明來意並了解此時評估擠乳合適性			
4. 視機構規範，維護個案的隱私與舒適溫度及環境			
5. 經個案同意後坐下與個案平視			
6. 觀察及評估：由個案執行擠奶，若需介入了解需經個案同意才可觸摸個案乳房			
7. 與個案討論促進排乳反射的方法			
8. 事前準備：			
— 準備乾淨的母乳收集容器			
— 準備乳房模型			
9. 依評估結果，向母親示範手擠乳或請個案執行手擠乳技巧			
— 輕輕按摩整個乳房			
— 手指呈 C 字型環繞乳房，大拇指與食指指腹相對(非指節)			
— 手指位置於距離乳頭 2~3 公分			
— 向胸壁內壓，深度不超過約 1 公分(內壓深度需視母親乳房情形)			
— 有節律的手指對向擠壓，然後暫停			
— 注意兩指腹(拇指與食指)定點滾動而不移動或滑動			
— 以相同方式，對乳房各個方向擠壓(以左右手交替方式，擠壓乳房各象限)			
— 兩側乳房都要擠(擠至乳汁流速變慢時，換擠另一側乳房)			
— 每次擠乳約 10-20 分鐘(以母親實際情形調整擠乳時間)			
10. 擠乳結束，請母親說出母乳儲存及保存方法(如貼上或寫上日期、送至嬰兒室)			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
11. 執行過程，關注個案感受(詢問個案感覺)			
12. 讚美個案實際做對的行為；肯定個案的努力			
13. 與個案討論此次擠乳過程，提供建議或教導			
14. 請個案說出自己日後需要擠奶的狀況			

回饋欄：

4「嬰兒含住乳房的姿勢」技能評核表

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. 依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹與問候個案及家人，並說明來意			
3. 視機構規範，維護個案的隱私			
4. 引導個案觀察嬰兒想吃奶的表現			
5. 引導個案自己操作，只有在評估需要額外協助且獲得個案同意後，才動手調整			
6. 觀察一次完整的母乳哺育，並肯定個案做對的部分			
7. *與個案討論如何有效且舒適的含乳 (至少3項)			
— 嬰兒頭頸部和肩膀受到支撐，頭可自由活動，勿施壓			
— 個案協助嬰兒，讓嬰兒的嘴巴來靠近乳房，而非將乳房塞入嬰兒口中			
(1)使嬰兒下巴靠近乳房			
(2)以乳頭碰觸嬰兒上唇上方(人中區附近)，使嬰兒嘴巴張大			
— 含乳區域呈現不對稱，上方乳暈露出多於下方乳暈			
— 過程中讓嬰兒主動含上乳房，沒有將嬰兒的頭強壓向乳房			
8. 與個案及家人討論乳汁移出的表徵 (至少3項)			
— 能看到規律的吞嚥動作或聽到吞嚥聲			
— 偶爾會停頓後在吸吮			
— 餵食時沒有發出嘔嘔聲			
— 嬰兒在餵食後自動鬆口，且無主動尋乳表現			
— 產婦自覺乳房變輕鬆			
9. 餵食後評估個案乳房和乳頭感到舒適			
10. 餵食後評估並說出哺乳後的乳房外觀，乳頭沒有變形			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
11. 能向個案說明當含乳不適時，先調整姿勢，需要時再安全的移出乳頭			
12. 示範如何安全移出乳頭(寶寶停頓休息時，破壞真空(壓乳房或壓住寶寶下巴))			
13. 過程中，隨時關注個案感受，能對個案產後的身心不適，表現出同理心的回應(例如：同理疼痛、疲憊)			
14. 讚美個案實際做對的行為；肯定個案的努力			
15. 請個案說出嬰兒含住乳房的表徵與感受			

回饋欄：

5「脹奶及乳房腫脹處理」技能評核表

5A 脹奶的評估與處理

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. *依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹，問候個案及家人，及說明來意			
3. 視機構規範，維護個案的隱私			
4. 詢問個案此時討論的合適性			
5. 主動詢問以了解個案對乳房的感受，聚焦相關可以辨識生理性脹奶(Fullness)的關鍵訊息(至少3項)：			
— 乳房脹出現時間 (產後 2~3 天開始)			
— 乳房熱熱的：必要時量測體溫不超過 37.5°C			
— 乳房重重的			
— 整個乳房都是飽脹且沉重的，沒有明顯的局部硬塊			
— 奶水仍擠出來或是自然流出來			
6. 徵求個案同意後，進行乳房評估			
7. 評估乳房後，與個案說明並指出辨識生理性脹奶的關鍵訊息(至少3項)：			
— 整個乳房飽滿、皮膚緊繃發亮、垂墜感			
— 乳暈無水腫、乳房無局部發紅或可以觸診到的局部硬塊			
— 乳房可能可以清楚看見靜脈浮現(對照個案自覺感受及前後比較)			
— 乳房觸診有發熱感或是體溫稍高(<37.5°C)			
— 奶水移出的流暢性：順暢？一滴一滴？			
8. 詢問目前哺乳情況，包括與生理性脹奶相關訊息(至少3項)：			
— 嬰兒是否可以有效含乳(能將乳汁移出)			
— 個案是否會手擠乳			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
— 個案哺乳或手擠乳的頻率：是否依嬰兒飢餓訊號哺乳			
— 個案是否採用親子同室			
— 嬰兒吸吮後或手擠奶移出乳汁後，乳房充盈飽脹程度是否改善(個案感覺乳房較輕鬆)			
— 在哺乳或手擠乳後乳房是否快速再度出現充盈飽脹			
— 與個案討論評估結果，說明生理性脹奶的意義			
9. 了解個案哺乳情況後，與個案討論改善生理性脹奶的方法(至少 3 項)：			
— 依嬰兒飢餓暗示行為哺乳			
— 採用親子同室			
— 哺乳時身體受到舒適的支托，且心情愉悅			
— 嬰兒正確含上乳房(能移出乳汁/乳房較鬆軟)			
— 能在感覺需要時或是哺乳後再以手擠奶，移出乳汁且改善乳房飽脹的不適			
10. 過程中，隨時關注個案感受(詢問個案感覺)			
11. 讚美個案實際做對的行為；肯定個案的努力			
12. 評估結束後，依據機構感染管制規定落實手部衛生			
13. 請個案說出改善脹奶的方法有哪些			
14. 請個案說出自己之後可以做到或是最適合自己的處理方法			

回饋欄：

5B 乳房腫脹處理

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
1. 依據機構感染管制規定落實手部衛生			
2. 自我介紹，問候個案及家人，及說明來意			
3. 視機構規範，維護個案的隱私			
4. 詢問個案此時討論的合適性			
5. 主動詢問以了解個案對乳房的感受，聚焦相關可以辨識乳房腫脹(Engorgement)的關鍵訊息			
6. 徵求個案同意後，進行乳房評估			
7. 評估乳房後，向個案說明並指出辨識為乳房腫脹(Engorgement)的關鍵生理表現訊息(至少3項)：			
— 乳暈水腫			
— 乳房可能發紅或可見靜脈浮現			
— 乳房整體觸診脹硬			
— 乳汁排出困難			
— 個案有明顯疼痛感			
— 個案可能有輕微發燒			
8. 收集個案哺乳史，含擠乳現況後，說明可能與出現乳房腫脹相關的導因 至少3項：			
— 生產照護因素：曾接受乳房手術、剖腹生產、產程過長、待產時接受大量點滴輸液、產後疲憊或身體不適			
— 未能依嬰兒的飢餓訊號哺乳			
— 未能有效的移出乳汁(親自哺乳或以手擠乳)			
— 未實施親子同室/母嬰分離			
9. 能與個案討論出乳房腫脹目前最恰當處置措施(至少5項)			
— 24小時內嬰兒頻繁且有效的哺餵。			
— 執行親子同室落實回應性照護			
— 激活催產素之排乳反射：背部按摩、溫水淋浴			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
— 視需要使用冷敷(而非冰敷) 依個案舒適度調整時間，並給予建議冷敷方式選擇(例如:毛巾、手套、濕敷包...或高麗菜葉(提醒冷敷時確保葉片清潔乾淨或適度軟化菜梗部份，避開敷在乳暈)。			
— 視需要使用乳暈反向軟化施壓，以舒緩乳頭開口張力			
— 幫助嬰兒順利的有效含乳			
— 依嬰兒需求哺乳			
— 正確有效「手擠奶」			
— 視需要使用止痛藥物(如 acetaminophen 或 NSAID)			
— 告知個案，每班照護人員會評估，必要時轉介，提供個別化的照護			
10. 實際執行並同時引導主要照顧者學習背部按摩激活排乳反射技巧			
— 個案身體前傾趴在枕頭上；維持乳房向下方自然垂放，以利乳汁重力排出效益			
— 操作者雙手平放在個案肩膀上方脊柱兩側，拇指間距約 5 公分，以每 2 秒/次頻率，向下螺旋狀按壓 5-10 次後下移 1 個指腹位置，下壓深度約 1 公分，按壓至個案著內衣下緣處，以個案感受舒適力度為主			
— 操作者雙手握拳平放在個案脊柱兩側，以兩手指節突出處滑動施壓，一手從肩膀向下，另一手從內衣下緣處向上滑動施壓，下壓深度約 1 公分，以個案感受舒適力度為主；兩手指節交替上下滑動按壓約 5 分鐘			
— 操作者雙手搓熱後平放在個案頸部及額頭約 15 秒後，再搓熱後平放在個案脊柱兩側，一手掌從肩膀向下，另一手從內衣下緣處向上撫觸滑動施壓，以個案感受舒適力度為主；兩手掌交替上下撫觸滑動約 5 分鐘			
11. 若個案出現乳暈水腫時，實際執行並同時引導主要照顧者學習乳暈反向施壓軟化出口技巧			
— 個案放鬆後躺坐著；以利水腫之組織間液回流效益；建議餵奶前執行效果最佳。			
— 操作者以乳房模型示範；同時請個案同時依指導進行			
— 提醒乳暈水腫時，皮膚更脆弱；注意清潔雙手及修剪指甲，以免刮傷表皮而出現乳房乳暈感染情況			
A.以乳頭為中心，單手 4 隻手指腹立著置於乳暈上，輕輕向下順勢撥開按壓持續約 15 秒放開，以個案感受舒適力度為主，反覆多次			A~C 項選擇一項即指導即可。
B.雙手食指(指頭垂直向下)分別置於乳暈兩側上，輕輕向下順勢撥開按壓持續約 15 秒放開，以個案感受舒適力度為主，反覆多次			

觀察臨床情境時，請考核所有的項目，可參閱考核者資源中詳列的預期回應。

請依下列方式查核註記

Y：是，有做到

N：否，沒做到

N/A：不適用

查核技能	Y	N	備註(N/A)
C.兩手四指指腹分別置於乳暈兩側上，輕輕向下順勢撥開按壓持續約 15 秒放開，以個案感受舒適力度為主，反覆多次			
12. 過程中，隨時關注個案感受(詢問個案感覺)			
13. 讚美個案實際做對的行為：肯定個案的努力			
15. 請個案說出可能引起乳房腫脹的情況			
16. 請個案說出之後可以自行執行的處理乳房腫脹的作法			
回饋欄：			