



高雄市立小港醫院
(委託財團法人私立高雄醫學大學經營)

新生兒沐浴及臍帶護理

一、需要準備的物品

1. 嬰兒澡盆。
2. 嬰兒擦乾用浴巾。
3. 嬰兒沐浴用小浴巾。
4. 質純溫和的嬰兒沐浴精或中性肥皂。
5. 乾淨的衣服及尿片。

二、注意事項

1. 沐浴的水溫約攝氏 38~40 度之間，可用沐浴溫度計或手臂試溫即可。
2. 一天一次為原則，調整室溫約 24~27 度。
3. 照顧者應脫下戒指及手錶，以免刮傷寶寶皮膚。

三、執行步驟如下：

1. 步驟一：在澡盆裡先加入冷水，再加入熱水混合後，以肘部或手臂內側試水溫，感覺溫熱即可（大約 38~40°C），水量大約 7~10 公分深，再加入嬰兒沐浴精。
2. 步驟二：協助嬰兒脫去衣服，然後用浴巾將嬰兒包起來（橄欖球式抱法），先擦拭臉部，以沾過水的小方巾輕輕擦拭眼睛→耳朵→鼻子→臉，再將雙耳蓋住後，進行頭部清洗。



3. 步驟三：解開嬰兒身上的浴巾，一隻手臂扶住嬰兒的頭與頸部，手抓住嬰兒外側的手臂，另一隻手托住嬰兒臀部，小心的將嬰兒放在澡盆裡。



4. 步驟四：將頭稍往後傾，頭頸部輕靠在手臂上，以輕柔動作清洗頸部，之後擦洗前胸、腹部，再清洗下肢，尤其皺褶處易藏污垢，應特別清洗乾淨，雙手掌也應打開清洗，之後再清洗腹股溝及生殖器；女嬰的陰唇要輕輕剝開，由上往下清洗。



5. 步驟五：以右手握住嬰兒的左肩關節及左手臂腋下，使其頭、胸靠在照顧者的右手臂上，將嬰兒翻身趴在手臂上，清洗背部及臀部。



6. 步驟六：將嬰兒抱離澡盆後，需使用包巾拭乾身體，穿上紙尿褲及衣服。整個沐浴過程最好不要超過 10 分鐘，以免水溫下降，容易導致嬰兒著涼。



四、臍帶護理

1. 執行時間：沐浴後或是不慎沾尿液與糞便時一定要進行清潔。
2. **洗手清潔後**，以手指撐開寶寶的肚臍部位，**無菌/滅菌**棉棒沾 75%酒精，由肚臍中間向外做環形消毒約直徑 3-5 公分。



由內而外做環形消毒一圈

，不要重複同樣的地方。

若有任何問題，請電洽(07) 8036783 轉 3393 或 3723
“小港醫院兒科關心您”