

產後我是否要選擇親子同室？

前言

以家庭為中心的照顧方式，讓您與寶寶住在一起，共同生活，促使家庭成員彼此盡快適應並建立親子關係。醫護團隊提供每一對家庭專業且連續性的照護，您可依寶寶的需求隨時哺餵母乳，並學會照顧自己的寶寶。

本表單將幫助您瞭解產後與寶寶是否同住有哪些選擇，請跟著我們的步驟來探索自己的需求及在意的事情，希望能幫助您思考適合自己和家人的選擇。

適用對象/狀況

經醫師評估後，產後母嬰可執行親子同室。

健康議題簡介

母乳哺育持續時間較長，對於母親的健康可降低罹患卵巢癌和乳腺癌的風險，並且有助於延長生育間隔（對 6 個月以下嬰兒進行純母乳喂養可以延緩排卵，達到自然避孕效果）。而促進和支持母乳哺育的行動，包括產後執行親子同室，執行親子同室可提升純母乳哺餵成功機率（讓母親和嬰兒一天 24 小時在一起）。（世界衛生組織，2018）

醫療選項簡介

一、親子同室

是讓媽媽、爸爸和寶寶在住院期間待在一起

產後 4 小時內，經兒科評估寶寶狀況許可，會由護理人員將寶寶推至媽媽病房執行親子同室，且需有另一位家屬陪伴，在此段時間，護理人員會每 2 個小時到床邊關懷您及寶寶，並依照當下媽媽寶寶的狀況進行衛教指導，媽媽可以學習練習母乳哺餵知識及技巧(如觀察寶寶何時想要吸奶、餵奶姿勢，包含坐姿、躺餵及生物哺餵技巧...等)、學習如何照顧寶寶、您跟寶寶隨時在一起，可盡早熟悉寶寶的作息跟寶寶對話、可實際觀察寶寶的身體及情緒的變化或反應，同時也讓寶寶熟悉媽媽的氣息...等。

二、非親子同室

是讓寶寶待在嬰兒室由護理人員照顧

當寶寶要喝奶時，護理人員會通知媽媽到餵奶室餵奶，母乳哺餵姿勢則依當下環境教導坐姿哺餵技巧，對於如何照顧寶寶、觀察寶寶的身體及情緒的變化或反應...等，則由護理人員提供衛教單及影片進行衛教，如需探視寶寶則依探嬰時間至嬰兒室窗口探視(固定時間，一天一次)。

步驟一：比較每項選擇的優點、缺點與注意事項

方式	親子同室	非親子同室
優點	➢ 媽媽及伴侶與寶寶接觸時間長 ➢ 可實際觀察學習寶寶何時要吸奶，並依寶寶需求立即餵奶 ➢ 可實際練習各種哺乳姿勢(含躺姿) ➢ 住院期間成功哺餵母乳率高 ➢ 較能掌握寶寶生活習性 ➢ 有護理人員可以現場教導如何觀察及處理方式 ➢ 寶寶較容易被安撫、有安全感(安全感指數 33%) ➢ 媽媽總睡眠時間較長	➢ 全程由嬰兒室護理師照護寶寶 ➢ 與伴侶獨處時間長 ➢ 寶寶不用來回往返病房及嬰兒室
缺點	➢ 擔心照顧寶寶的能力 ➢ 需記錄哺乳情形及換尿片、大小便次數 ➢ 擔心寶寶哭聲吵到鄰床(非單人房) ➢ 媽媽容易疲倦、情緒起伏大	➢ 與寶寶接觸時間短 ➢ 寶寶較無安全感(安全感指數 25.4%) ➢ 易擔心寶寶在嬰兒室的情況 ➢ 無法實際觀察學習寶寶何時要吸奶 ➢ 媽媽需花時間至嬰兒室哺乳 ➢ 無法練習躺姿哺餵母乳 ➢ 只能透過衛教單及影片學習照顧寶寶 ➢ 需回家才能了解寶寶的作息 ➢ 返家後在照顧寶寶易手忙腳亂 ➢ 媽媽總睡眠時間較短
注意事項	➢ 需有另一位家屬陪伴	

步驟二：在您選擇是否執行親子同室方式會在意的項目有哪些及在意程度？

※下列各項目，請逐一勾選比較符合您的情況(分數越高表示越在意)

親子同室	在意程度							非親子同室
	3	2	1	0	1	2	3	
較早學習了解寶寶生活習性								回家才能學習觀察寶寶生活習性
寶寶情緒較安穩								寶寶情緒起伏大
與寶寶接觸時間多								與寶寶接觸時間少
較早學習了解寶寶想吃奶的暗示								回家才能探索寶寶想吃奶的暗示
可以學習各種哺母姿勢(含躺著餵奶)								只能坐著哺餵母乳
伴侶與寶寶接觸多								伴侶與寶寶接觸少
媽媽總睡眠時間較長								媽媽總睡眠時間較短

步驟三：您是否已經瞭解執行親子同室的差異？

選項內容	請勾選		
1.可以讓我熟悉寶寶的生活習性	()我了解	()我不了解	()我不確定
2.寶寶較安靜，不易驚醒	()我了解	()我不了解	()我不確定
3.可以跟寶寶接觸時間多	()我了解	()我不了解	()我不確定
4.寶寶想吃立即可哺乳	()我了解	()我不了解	()我不確定
5.可以學習各種哺乳姿勢	()我了解	()我不了解	()我不確定
6.需要另一位家屬陪伴	()我了解	()我不了解	()我不確定
7.媽媽總睡眠時間	()我了解	()我不了解	()我不確定

步驟四：您決定好執行親子同室的方式了嗎？

- ☐ 我決定選擇親子同室
- ☐ 我決定選擇非親子同室
- ☐ 我還是無法選擇
 - ☐ 我想再跟家人討論
 - ☐ 對於以上的決定，我還想知道更多，我的問題 _____

產婦姓名：_____ 病歷號：_____ 簽署人：_____ 關係：☐本人 ☐夫妻

接生醫師：_____ 引導人員：_____ 簽署日期：西元_____年____月____日

※完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與護理師或您的主治醫師討論※
內容僅供參考，各醫院提供之治療方案及程序不盡相同，詳情請與您的主治醫師及醫療團隊討論。

完成填寫後，請以手機掃描右側 QR code，謝謝！

成效評估調查問卷

編號：



資料來源

- Jaafar, S. H., Ho, J. J., & Lee, K. S. (2016). Rooming-in for new mother and infant versus separate care for increasing the duration of breastfeeding. The Cochrane Database of Systematic Reviews, 8, CD006641.
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD006641.pub3>
- Keefe M. R. (1987). Comparison of neonatal nighttime sleep-wake patterns in nursery versus rooming-in environments. Nursing research, 36(3), 140–144.
- MATERNA, A. C. Y. L. L. ROOMING-IN AND BREASTFEEDING: REVIEWING THE IMPACT ON SCIENTIFIC PRODUCTION OF NURSING. DOI: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2013.v5i2.3808-3818>
- Paul, I. M., Hohman, E. E., Loken, E., Savage, J. S., Anzman-Frasca, S., Carper, P., Marini, M. E., & Birch, L. L. (2017). Mother-Infant Room-Sharing and Sleep Outcomes in the INSIGHT Study. Pediatrics, 140(1), e20170122.
<https://doi.org/10.1542/peds.2017-0122>
- Srimoragot, M., Hershberger, P. E., Park, C., Hernandez, T. L., & Izci Balserak, B. (2023). Infant feeding type and maternal sleep during the postpartum period: a systematic review and meta-analysis. Journal of sleep research, 32(2), e13625. <https://doi.org/10.1111/jsr.13625>
- Svensson, K., Matthiesen, A. S., & Widström, A. M. (2005). Night rooming-in: who decides? An example of staff influence on mother's attitude. Birth (Berkeley, Calif.), 32(2), 99–106.
<https://doi.org/10.1111/j.0730-7659.2005.00352.x>
- World Health Organization, UNICEF. Implementation guidance: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services – the revised Baby-Friendly Hospital Initiative. Geneva: World Health Organization; 2018 (<http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/bfhi-implementation/en/>, accessed 16 July 2020).
- Wu, H. L., Lu, D. F., & Tsay, P. K. (2022). Rooming-In and Breastfeeding Duration in First-Time Mothers in a Modern Postpartum Care Center. International journal of environmental research and public health, 19(18), 11790.
<https://doi.org/10.3390/ijerph191811790>

2023 年 08 月 24
日 制 定