**明天要剖宫产了，前一晚要做什么准备呢**

一、皮肤准备

做好个人清洁，必要时备皮修剪指(趾)甲，洗去甲油，术前晚沐浴；

二、肠道准备

术前禁食8小时，禁饮2小时；

三、术前充足睡眠

保持心情舒畅保证足够睡眠，必要时遵医嘱服用适量镇静剂；

四、学习有效咳嗽

深而缓慢腹式呼吸，深吸一口气后屏气3-5秒进行2-3次短促有力咳噉，咳出痰液，注意双手按压切口，减轻疼痛

五、术晨准备

勿穿任何内衣，贴身穿好棉质分体衣服，不要穿裙子，左手戴好腕带，不化妆，不能隐形眼镜，假牙、首饰、框架眼镜、助听器等要取下，病人进入手术室，家属门口等候。