

# 病棟案内

病室は個室です。

入院中の過ごし方（生活）

面会時間 平日 13時から20時まで

土・日・祝日は 10時から20時まで

子供さんの面会は赤ちゃんとの直接の面会は感染上ガラス越しの面会をお願いしています。

食事

食事の状態



おやつ



5日目の夕方に祝い膳がでます。



# バースプラン

バースプランとは、貴方が『自分らしくお産できるようにどのようなことを望み、どんな出産をしたいのか、陣痛が始まり、分娩までどのように過ごすかなどを考えてもらうことです。』



♪ バースプランを立てましょう♪



どのようなお産をして、どんな風に新しい家族を迎えるのか想像してみてください。自分たち夫婦がどのようなお産をしたいかということを考えることがあなたらしいお産の第一歩になります。バースプランとは、出産の計画をします。バースプランを考えて、あなたらしいお産にしましょう！！



## ☆バースプランを立てるメリット☆

- ・バースプランを考える時にお産をイメージすることができます。
- ・バースプランを夫婦で考えることで、お産を夫婦のものとして受け止めることができます。
- ・自分たちがどのようなお産をしたいか書き出すことで、改めてお産に対する考え方を整理することができます。
- ・医療スタッフサイドも妊婦様やその家族のお産に対する考え方を知ることによって、妊婦様のことがより理解できます。
- ・提出されたバースプランについて、それが可能かどうか話し合うことで、妊婦様と医療関係者のより良い人間関係を成立させることができます。
- ・バースプランを立てることで、お産を積極的に自分のものとして受け入れることができます。

## ☆出産時の処置について☆

♪分娩前の浣腸について、当院ではほとんど行っていませんが、たくさん便が溜まっているとお産の進行の妨げになったり、便で汚れたりするので浣腸が必要な場合があります。また浣腸にはお産をすすめる効果もあります。

♪会陰切開について、赤ちゃんの頭が出てくる時に強くいきむと会陰（膣と肛門の間）が切れるので、いきまずに時間をかけて切れないようにお産します。しかし、赤ちゃんの状態が悪くて、お産を急ぐ場合や会陰の伸びが悪くて自然に切れかけた場合には、麻酔後にハサミで会陰を拡げて赤ちゃんがスムーズに生まれるようにします。切開した傷はまっすぐなので抜糸しなくてすみますが、自然に切れた傷は複雑なので抜糸が必要なこともあります。

※お産は、いつ異常事態が発生するか予測できません。その場合、すぐに適切な処置をしなければお母さんや赤ちゃんに危険が及ぶこともあります。状況に応じてできるだけ説明しますが、緊急性のために説明する時間的余裕がない場合もありますのでご了承下さい。

## 入院の時期と方法

破水・・・水っぽい帯下ものが出てくるとき・・・入浴禁止です

陣痛・・・10分以内のお腹の張りが続くや1時間に6回以上の張りがある時

性器出血・・・普段の月経よりも多い時

不安が強いとき・・・(夜間一人、交通事情の悪い時その他)

方法・・・病院に電話されたら10ヶ月の妊婦ですと伝えてください

・ 平日の17時までは産婦人科外来へ

・ 時間外・土・日・祝日は3階南病棟へ

名前・診察券番号・今の身体の状態・来院時間を伝えてください

・ 夜間の場合は時間外入り口から入り、直接3階南病棟にお越しください



## 小児科医との連携

誕生時の診察は産科医が実施しますが、退院時の診察は小児科医が実施し、1ヶ月健診、乳児検診、幼児健診と継続していきます。入院中小さな異常が見つかった場合はその症状に応じて、皮膚科、耳鼻科、眼科、形成外科等の診察を受けることができます。

## 産後の育児サポート

妊娠、分娩のホルモンの変化や慣れない育児や疲労、ストレスにより、マタニティーブルー、産後うつ病などで苦しむことのないようにサポートします。

### 母乳育児外来・・・

- 母乳やミルクの授乳方法
- 乳房のトラブル時のケア  
(硬結、疼痛、発赤、発熱、乳頭のトラブルなど)
- 育児相談
- 卒乳、断乳の方法など、母乳や育児不安のアドバイス



### 1 週間健診

入院中に退院後約1週間後に受持ち助産師と日時を決め、赤ちゃんの成長状態や母乳不足の否、お母さんの状態（特に乳房）の異常の有無、育児相談をします。

### 1ヶ月健診

1週間健診と同様に育児相談、母乳分泌促進に努めています。

## インファントマッサージについて



### \* インファントマッサージとは

インドで看護師をしていたアメリカ人、ヴィマラにより考案、開発されたものです。インドでは古くから子供が生まれるとその家のお婆さんが赤ちゃんにマッサージを行っていた。それが貧困のなかにあっても子供たちがすくすくと育つ要因ではないかと考え、アメリカに持ち帰りインド伝統のマッサージに加えリフレクソロジー、ヨガ、スウェーデン式マッサージなどの手法を取り入れたインファントマッサージを新しい育児法として提唱しました。

### \* インファントマッサージの目的

インファントマッサージの一番の目的は親子のコミュニケーションを図ること。

さらに親と子が目と目で見つめあいながらスキンシップをすることで、赤ちゃんの精神を安定させ、睡眠を促したり、排泄機能なども高める効果があります。

### \* 時間

マッサージは1回15分程度で、赤ちゃんを尊重し、「マッサージしてもいいですか？」から始まり、「どうもありがとう」の挨拶で終了します。

### \* マッサージ教室企画

- ・ 1クール4回（全行程を4回に分けて赤ちゃんに負担にならないようにする。）

- ・ 定員

予約制にして1回5組の親子にする。

ただし、見学者は1回のみ参加可能とする。見学も会場の関係上予約とする。

- ・ マッサージに使用するオイル

教室内で使用するオイルはこちらで準備するが、自宅でマッサージするときよ  
うのオイルは各自で買ってもらおう。

- ・ 対象

予約した親子

1-6ヶ月の乳児親子

体調がよく元気であること（予約していても熱発や下痢などのときはキャンセルの電話をしていただき次回に繰り越す。ただし、無断欠席の場合はその対象とならない。グループの親子を待たせたりして迷惑をかけるため。）

