



経膣で出産される方へ

患者氏名： _____ 様

入院時の持ち物

- 入院申込書 CS セット申込書 健康保険証 母子手帳 バースプラン モニターベルト 筆記用具 マスク 洗面用具 ナプキン 生理用ショーツ
産褥ブラジャー 軽食・飲物 退院時の赤ちゃんの服、おくるみ（*入院中のおむつ・お尻拭き・肌着は不要です）
 CS セットを申し込まない方：パジャマ タオル類 ティッシュ 歯ブラシ・歯磨き粉 シャンプー・コンディショナー ボディソープ
 あると便利なもの：ペットボトルに装着するストロー カーディガン 母乳パット *ドライヤーは貸し出しできます

入院期間

初産婦：分娩後 6 日間

経産婦：分娩後 5 日間

入院時期

- 規則的な陣痛：初産婦：5～10 分、経産婦：10～15 分
- 破水：お湯や尿が流れた感じ、水っぽいおりもの
- 出血や腹痛：流れるような出血・いつもより多い出血、お腹の強い痛み

注意事項

- 医師から事前に何か注意を受けている方は、不規則な陣痛でもご連絡ください。
- 昼夜にかかわらず、まずは電話で状態をお話してください。

	入院	出産当日	産後1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	
処置・薬	<ul style="list-style-type: none"> • 診察 • 胎児心拍モニター • 点滴をします 	出産時 <ul style="list-style-type: none"> • 胎児心拍モニター • 点滴をします 出産後 <ul style="list-style-type: none"> • 抗生剤の内服が始まります。 *無くなるまで内服してください 	<ul style="list-style-type: none"> • 体重測定 	<ul style="list-style-type: none"> • 血液検査 			退院診察 <ul style="list-style-type: none"> • 体重測定、検尿、血圧測定 *退院の曜日等に合わせて変更があります 	【経産婦】退院 *午前退院	【初産婦】退院 *午前退院
活動	<ul style="list-style-type: none"> • リラックスできる体勢で過ごしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> • 出産後 2 時間経過したら病室へ戻ります • 体調により歩行開始します 	<ul style="list-style-type: none"> • 体調に問題がなければ病院内を自由に歩けます 						
清潔	シャワーに入れます	<ul style="list-style-type: none"> • 出産後、体を拭きます 	<ul style="list-style-type: none"> • 体調が良ければシャワーに入ることができます *初日はシャワー前にスタッフが体調確認します 						
体の変化		悪露（産後の出血）：1～3 日間は量が多く、徐々に減少します 後陣痛：子宮が元の大きさに戻ろうとする痛みです。産後 3 日頃までに痛みが強く、その後徐々に軽減していきます							
おっぱいの変化		<ul style="list-style-type: none"> • 母乳分泌は無いか、にじむ程度 • 刺激されることで乳汁は作り始めます。たくさんおっぱいを吸わせましょう 	<ul style="list-style-type: none"> • おっぱいに温かみが出て、張り始める人もいます 	<ul style="list-style-type: none"> • 母乳が少しずつ増え始めます。 *個人差があるので焦らず授乳を続けましょう 					
授乳		<ul style="list-style-type: none"> • 出産直後から授乳をします • 体調に合わせて母乳同室を行います 							
指導			<ul style="list-style-type: none"> • 母乳同室指導 • K2 シロップ服薬見学 		【経産婦】 • 沐浴見学 *希望者のみ	<ul style="list-style-type: none"> • K2 シロップ服薬実施 【初産婦】 • 沐浴見学 【経産婦】 • 退院指導 • 沐浴実施 *希望者のみ 	【初産婦】 • 沐浴実施 • 退院指導		
その他	<ul style="list-style-type: none"> • 母子手帳と書類を預かります 	<ul style="list-style-type: none"> • お祝い膳（ / ） 12：30 頃にお部屋に配膳します • 痛みがあるときは我慢せずナースコールでお呼びください 			<ul style="list-style-type: none"> • 退院診察前に母子手帳を預かります（退院時に返却します） 				

状況に応じて予定が変更になる場合があります。ご不明なことがありましたらお気軽にスタッフにお尋ねください。