

# 入院中のスケジュール（正常分娩）

	外 来	入院～LDR	分娩～出産当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	
日付		/	/	/	/	/	/	/	
検査・処置	36週前後 * 貧血の検査 * 膣培養検査 37週から * 内診 38週から * 分娩監視装置をつける	* 浣腸などの処置（必要な場合） * 内診 子宮口が初産婦10cm 経産婦8cmになったら * ベットが分娩台になります * もしもの出血に備え、点滴します	お産後 * 子宮収縮剤を注射 * 会陰切開した方は縫合 お産後2時間 * 1時間ごとにナプキン交換 * 子宮底計測 * 検温 	* 検温	* 検温	* 検温 * 体重測定 * 採決 （貧血の有無を調べるため） * 尿検査	* 退院診察 診察時持参するもの ・ ナプキン1枚 ・ 母子健康手帳 ・ 出産証明書などの書類 * 1ヵ月健診予約		
内服薬		内服していた薬は全てご持参ください	子宮収縮剤・抗生物質・痛み止めが処方されます	子宮収縮剤・抗生物質・痛み止めが処方されます					<div style="border: 2px solid purple; border-radius: 50%; width: 80px; height: 80px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin: 0 auto;"> <p style="text-align: center;">午前中 <b>退院</b></p> </div> <p style="text-align: center; color: red;">お子さまの健やかな ご成長をお祈り 申し上げます*</p>
活動・授乳	入院までに8A病棟を確認しておきましょう	破水前 病棟内を散歩したり、デイルームなどで自由にお過ごしください 破水後 安静にしてください LDR室への入室は原則パートナーの方のみとさせていただきます	お産2時間後 スタッフが付き添いトイレ歩行 マタニティブックP53～55を参考に、産褥体操を開始しましょう	お母さまの状態に合わせて、授乳を開始します					
食事		入院時 ご自身で軽食をご持参ください 入院後 妊婦食が出ます	産褥食が出ます	産褥食が出ます					
清潔	毎日入浴・洗髪して、清潔にしておきましょう 破水後は入浴シャワー禁止！	破水前 * シャワーOK * 3時間おきくらいにトイレへ行き膀胱を空にしておきましょう 破水後はシャワー禁止！	3～4時間おきに * トイレに行き、ナプキンも交換しましょう	シャワー浴 <6:00～21:00まで> 					
その他	こんな時は病院に連絡！ * 陣痛が10～15分感覚で来るようになった * 破水した * 生理のような出血があった * 激痛がある わからないこと、不安なことは、外来スタッフに聞きましょう	入浴時 バスタオル・タオル・着替のパジャマ・書類等（記入をすませ、切り取っておく）を提出します ペットボトルとストローなどを持参してください 陣痛の来ていない時は力を抜いてリラックスしましょう 水分や食べ物を少しずつとって、体力を蓄えましょう	お産当日は ゆっくり休みましょう 傷が痛かったり、後陣痛が強かったり、何かあったときは ナースコールを押してください 	授乳時間は、赤ちゃんとのよいコミュニケーションです 母乳の出は、個人差が大きいので気にせずに、赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう 病院の生活に慣れてきた頃であると同時に、疲れが出てくる頃です 食事の後、授乳の間などは、ベットに横になって、身体を休めるようにしましょう 退院後の生活・沐浴についての説明があります またDVDも放映しています 体調が悪かったり、疲れのひどいときは、スタッフにお申し出ください	この日までに、退院時の赤ちゃんの洋服、オムツなどをご用意ください 				1ヵ月健診予約変更 <div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;"> <p style="color: green; margin: 0;">産婦人科外来 03-3448-6131</p> <p style="color: green; margin: 0;">赤ちゃん健診は 小児科外来 03-3448-6121</p> </div> 