

出産において



当院で出産されるみなさまへ

新型コロナウイルス感染症の流行が始まり、3年あまりが過ぎようとしています

出産前にみなさまにお会いしてお伝えしたいことがたくさんありますが、感染予防・接触機会の減少のために出産準備クラスの再開時期が未定となっています

感染状況をみながら再開の時期がきたらまたお知らせします

当院での出産するにあたっておしらせしておきたいことをスライドにまとめました。

出産までの間、お時間があるときにゆっくりご覧ください

ご不明点がございましたら、外来受診時にお声かけください

産婦人科スタッフ一同



当院の出産方針



- ・自然分娩が中心
- ・医学的に必要な時のみに促進剤使用や吸引分娩等を行います
- ・必要な時のみ剃毛や会陰切開、点滴を行います
- ・感染症対策のため立ち合い分娩は中止しています



お産の近づいたサイン

赤ちゃんが骨盤の中へ降りてくることで
様々な症状が現れてきます

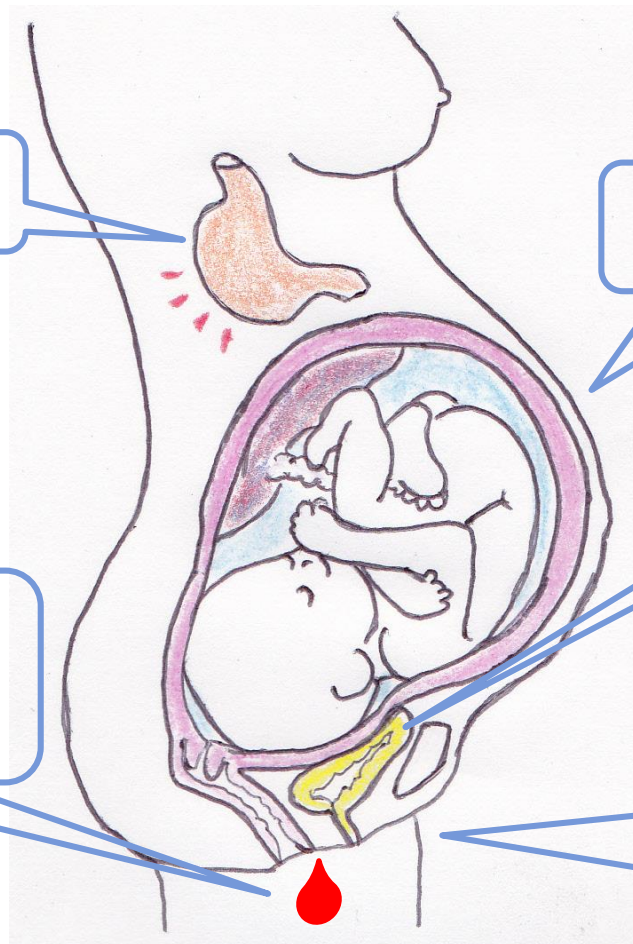
胃のすっきり感

前駆陣痛

頻尿

おしものの増加
おしるし

足の付け根
が突っ張る



病院へ連絡するタイミング

- 陣痛がきた

初産婦さん：痛みを伴う張りが10分毎または1時間
間に6回以上になったとき

経産婦さん：15分毎程度で規則的になったとき

- 破水をした

破水の特徴…生臭いにおい、無色透明、
自分で止めることができない

- 鮮血や血のかたまりが出る

- お腹が休みなくずっと痛い

- 胎動がない



いざ入院！！

- **自分で病院に電話する**

お名前・予定日・どうしたのか

(陣痛が○分ごとにある、破水した、出血がある等)



- **前あきショーツをはき、
お産用のナプキンを当てる**
- **化粧・マニキュア・アクセサリー等は
しない**



持ち物

事務手続きに関する物

- 診察券
- 母子健康手帳
- 健康保険証
- 入院申込書等の書類



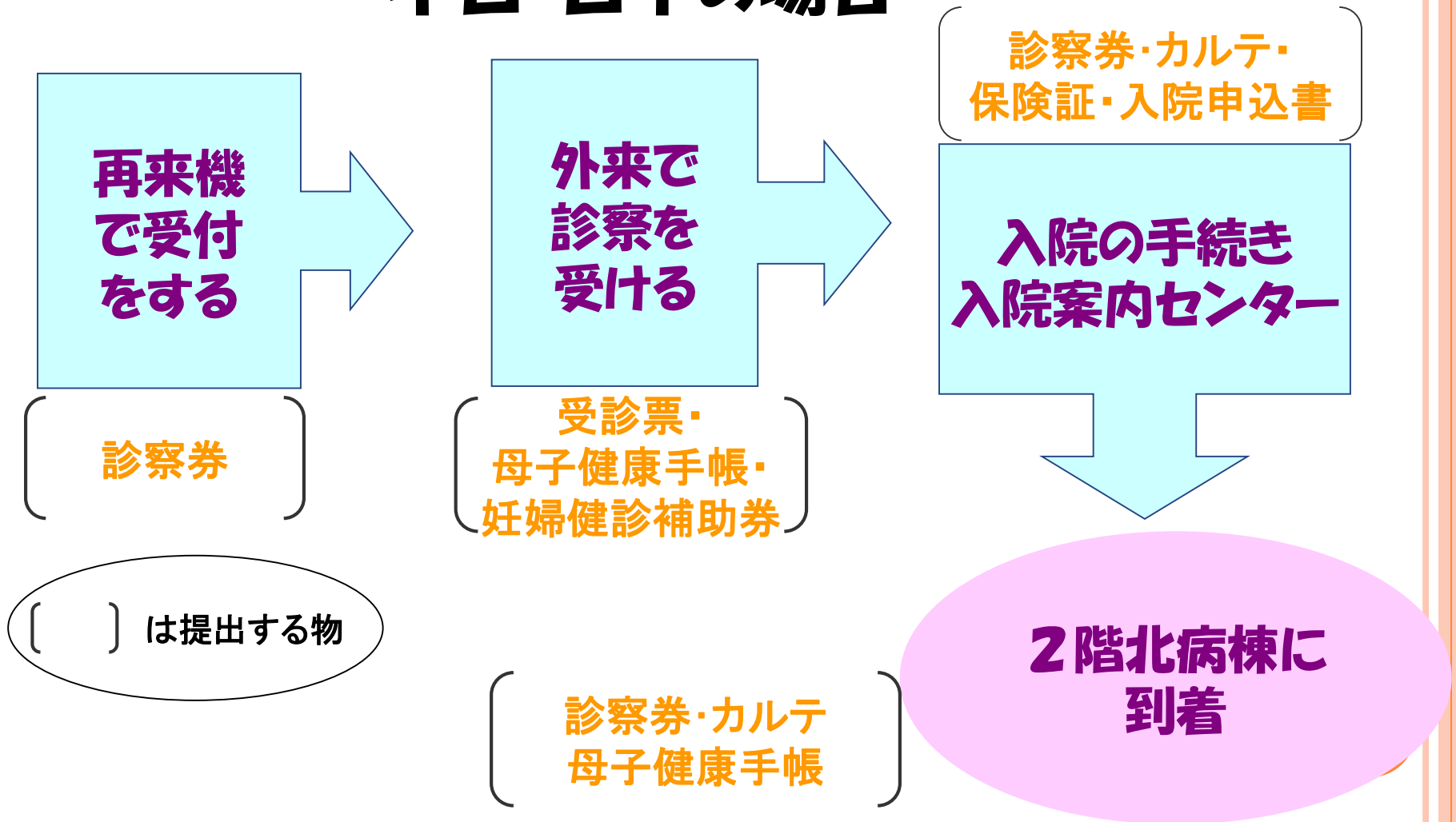
入院中に必要なもの

- はぐくみのテキストP37～39参照
お産セットと入院中の寝衣は病院に用意しています



病院に着いたら(1)

平日・日中の場合



平日・日中入院の方

入院案内センターで
入院受付。
その後病棟へ



病院に着いたら(2)

夜間・休日の場合

時間外受付
で
入院手続き

2階北病棟に
到着

診察券・保険証
入院申込書

診察券・カルテ
母子健康手帳



時間外受付



正面入り口
一つ目の自動
ドアを入れて右



このインター
フォンを押す

お産の3つの時期

**第1期：陣痛が規則的にきてから
子宮の出口が10cm開くまで**

**第2期：子宮の出口が10cm開いてから
赤ちゃんが生まれるまで**

**第3期：赤ちゃんが生まれてから
胎盤が出るまで**

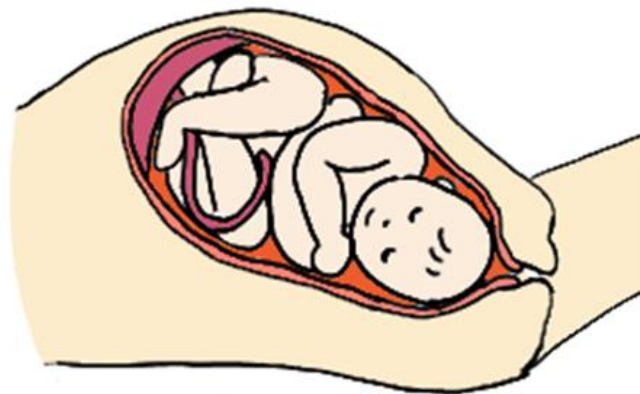
分娩第1期

準備期

子宮口0~3cm

陣痛間隔5~10分

持続時間30~45秒



◎体の変化◎

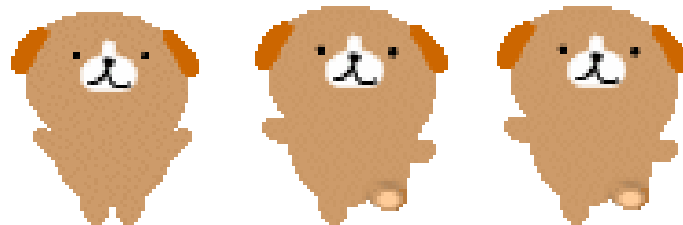
生理痛のような重苦しい感覚の痛みがある

☆呼吸のポイント☆

普段と変わらない呼吸でOK!



準備期



すごしかた

- 普段と同じように過ごす
- 消化のよい食事
- 散歩などアクティブに過ごす
- 破水してなければシャワーも可

パパができること

- まずは落ち着いて！
- 入院の準備
(車の手配、荷物を持ってあげる…など)
- 家族への連絡
- 入院になったら入院の手続き



分娩第1期

進行期

子宮口3~7cm

陣痛間隔3~5分

持続時間45~60秒



◎体の変化◎

陣痛がきた時に肛門がぐーっと
押される感覚がでてくる

☆呼吸のポイント☆

陣痛が強くなってきたら
息をふーっと口から吐く「ふーふー呼吸」



進行期



すごしかた

- 陣痛と陣痛の間は
リラックス
- トイレは2～3時間ごとに
- 食べられる時に食べ、こまめに水分補給を！
- 楽な姿勢をとる(アクティ
フチェアー、あぐらなど)
- 疲れたら横になる、
睡眠をとる

パパができること

- 入院までの間は…
- 陣痛の間隔を計る
- リラックスできるように
マッサージして体をほぐす
- 気分転換に姿勢を変えたい、呼吸のサポート
- 陣痛がきたら、腰をさす
る・押す



分娩第1期

極期

子宮口8~10cm

陣痛間隔1~2分

持続時間60~90秒



◎体の変化◎

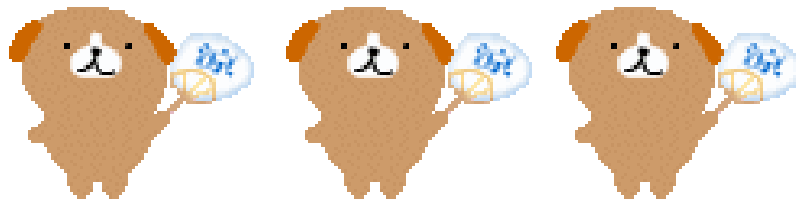
排便したいような、いきみたい感覚がでてくる
自然とお腹に力が入ってしまう

☆呼吸のポイント☆

いきみたくなったら、ふーっと息を吐いた後に
うんっと少しだけお腹に力を入れる「ふーうん呼吸」



極期



すごしかた

- 子宮口が10cm開くまでは、いきみをのがす
- 陣痛がおさまったら深呼吸して赤ちゃんに酸素をあげる
- 陣痛がない時には楽な姿勢をとり全身の力をめく
- こまめに水分補給

パパができること

分娩のために入院している時期です
助産師がパパに代わってサポートします
パパはお家で朗報をおまちください



分娩第2期

子宮口10cm

いきみはじめます！



排臨(はいりん)

赤ちゃんの頭が見え隠れする

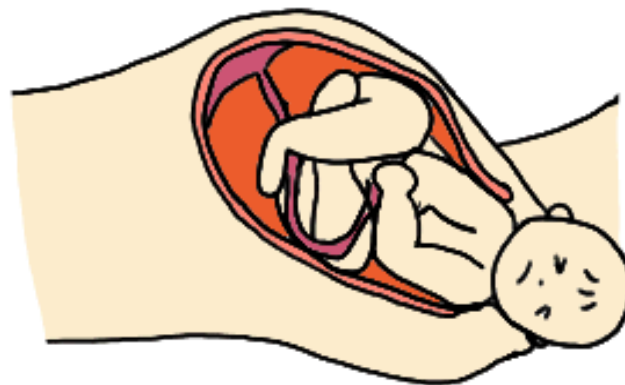
発露(はつろ)

赤ちゃんの頭がずっと見えている



分娩第2期

赤ちゃんが
頭→体→足の順番に
生まれてくる



☆呼吸のポイント☆

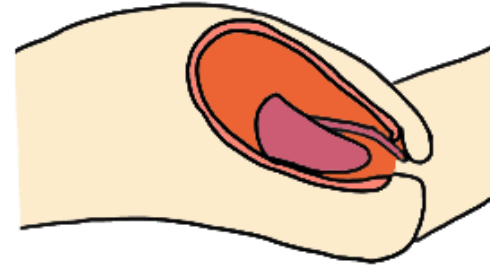
頭が出たらいきむのをやめてゆっくり「はっはっは」と息を吐く

赤ちゃん誕生！



分娩第3期

胎盤が出る



自然に出てきます

その後は…

- お傷の処置
- 体を拭いて着替える
- デジカメで記念撮影
- 落ち着いたらご家族に電話で出産報告



入院に際してのお願い

- 必要以上の貴重品は持ち込まないでください。
- 携帯電話による通話はテイルームでお願いします。
(個室内は携帯電話使用可)
- 非常口の確認をしてください
- 感染症対策のため面会は中止しています



入院際してのお願い

★新型コロナウイルスの検査を実施します

検査し陰性確認できるまでの間、個室での隔離措置を取らせていただきます(感染対策のための隔離中は個室代金は発生しません)

結果が出るまで個室から出られない時間があるので、飲み物は少し多めに(ペットボトル数本)持参することをおすすめします

相模原市はコロナの検査を公費で実施しています

入院中のご案内

入院期間

経膈分娩：分娩の日より6日間

帝王切開：手術の日より8日間



母児同室… 経膈分娩：1日目から
帝王切開：2日目から

- 原則、へその緒はお渡ししていません。

病棟の様子

待機室(コロナ陰性確認後陣痛中は待機室で過ごします)



分娩室



ベビー室



個室(産後3日目から)



シャワー室

