

## 佐賀大学医学部附属病院産科を来院される方へ

### I 産婦人科外来を受診される方

当院は完全予約制です。

当院での妊婦健診・分娩を希望される場合は紹介状が必要です。

**産婦人科外来**：月・水・金曜日

**受付時間**：9時～11時30分

#### 受診方法

##### 【予約の方法】

- ① 近くの産婦人科で妊娠を確認後、紹介状を作成してもらう。
- ② 近くの産婦人科医院から当院に予約、またはご本人で当院に予約を行う。

予約時の連絡先は、佐賀大学医学部附属病院内地域連携室です。

TEL 0952-34-3482（時間：平日の8時30分から17時まで）

予約日に、外来新患受付で紹介状を提出後、産婦人科専門外来で診察となります。

- ① 予約なしで受診のときは、紹介状を持参されていても診察までの待ち時間が長くなる場合があります。
- ② 産婦人科外来日以外に受診の時は、当日に診察できない場合もありますのでご了承ください。
- ③ **紹介状なしでの受診は受診料金が加算されます。ご了承ください。**



## II 外来の妊婦健診の流れ

- ① 1階総合受付で受付をする
- ② 産婦人科専門外来の受付（診察券・母子健康手帳・妊婦健康診査補助券を提出する）
- ③ 尿検査
- ④ 血圧測定
- ⑤ 助産師による保健指導（妊娠前期・妊娠後期1回ずつ）
- ⑥ 体重測定
- ⑦ 医師による超音波検査・診察



当院産科外来は主治医制ではありません。

いつお産が始まっても、いつでも万全の態勢でお迎えできるように、

複数の医師が妊娠経過を見させていただいております。

どうぞ妊婦健診でたくさんの医師、助産師、看護師と顔見知りになってください。

私たちスタッフ一同、心をこめて妊娠経過を見守らせていただきます。

また助産師による保健指導を前期、後期1回ずつ行っております。

もし不安なことや心配なことなどがあればご相談ください。



### Ⅲ 助産師保健指導について

外来助産師による保健指導を行っております。

#### 【前期】

- 妊娠中の体の変化について
- 妊娠中の栄養について
- 妊娠中の生活に留意点について
- マタニティクラスの紹介、予約
- ソフロロジーの紹介
- バースプラン

#### 【後期】

- 出産準備
- 分娩の流れ 当院オリジナルの冊子『ひまわり』
- 入院のタイミングと受診の仕方について
- バースプランの確認

※ 臨時保健指導も実施しています。

月曜日・金曜日 … 9:00～12:00 水曜日 … 9:00～10:00

保健指導の際は当院オリジナルの冊子『ひまわり』をお渡ししております。



当院オリジナルの冊子『ひまわり』

## マタニティクラスのご案内

～ 一緒に赤ちゃんを迎える準備を始めましょう ～

対象：当院での妊娠管理を始められた方（ご家族との参加も大歓迎です）

場所：マタニティルーム（2階西病棟ステーションでスタッフにお声掛けください。ご案内します。）

受講時：母親学級のみの方は受付は不要です。そのままお越しください

時間：13:30～15:00

予約：予約制になっております。外来受診時に医師、助産師に申し込んで下さい。

持って来る物：母子健康手帳、当院オリジナル冊子『ひまわり』

### 第1クール（第1月曜日） 対象：当院で妊娠管理を始められた方

- 産科医、小児科医の話、薬剤師の話
- おなかの赤ちゃんと話してみよう（胎内記憶の話）
- ソフロロジー式分娩のDVD鑑賞

### 第2クール（第2・4月曜日） 対象：妊娠28週以降の方

- 赤ちゃんを迎えるためのココロとカラダの準備
- ソフロロジー式イメージトレーニングをやってみましょう イメージして、呼吸してエクササイズ
- 陣痛室と分娩室をのぞいてみよう

### 第3クール（第3・5月曜日） 対象：妊娠22週以降の方。ご家族もご一緒にどうぞ

定員は6組までです。予約の際にご確認下さい

- 赤ちゃんを抱っこしてみよう
- 赤ちゃんの沐浴をやってみよう（おむつ替え、着替えも）
- 授乳を体験してみよう



マタニティルーム

## ソフロロジー分娩法ってなに？

ソフロロジーとは、スペインの精神科医によって考えられ日本に広がってきました。

赤ちゃんを思う事で母性が生まれ母と子の絆を強くしてくれます。

出産を「赤ちゃんとお母さんの初めての共同作業」として前向きにとらえて、

分娩に臨む方法です。



## 赤ちゃんをおもうことってどんなこと？

赤ちゃんはどんな顔をしているのかな？

パパとママの声聞こえてる？

今日はこんなことがあったよ。



・・・など、おなかの赤ちゃんに語りかけてみてください。

名前が決まっている人は呼んであげるのもいいですね。

ソフロロジー出産は自然な流れの中で自分の力によって進めるお産です。

そのため、よりリラックスすることが大切です。

陣痛は痛いけど必ず乗り越えられるものです。

陣痛時の緊張と陣痛がない時のリラックスを覚えていきましょう。



## お産までの流れ

<自宅で>

- 陣痛が規則的になったら  
初産婦さんは 10 分間隔  
経産婦さんは 15~20 分間隔
- 出血があったら
- 破水したら



まずはご本人が病棟にお電話を。  
医師、看護師に状態を伝えて下さい。  
いつでも入院出来るように  
準備は前もってしておきましょう。

<入院>

まず、**陣痛室**に入ります。陣痛が強くなり、子宮の出口が開くまで過ごします。

家族と一緒に過ごせるので、腰をさすってもらったりします。

出産が近づいたら**分娩室**へ！赤ちゃん誕生！

分娩後 2 時間は、分娩室で過ごします。

直接授乳や抱っこをします。



陣痛室と分娩室

その後**病室**へ

基本的には母子同室です。

赤ちゃんと一緒に部屋で過ごします。



















お母さんや赤ちゃんの状態に合わせて赤ちゃんをお預かりする事もあります。



# 入院中のスケジュール

入院期間：経膈分娩；産後より5日間 帝王切開；術後より8日間（状態によって長くなる事もあります）

## <経膈分娩の方>

| 経過                       | 分娩当日（分娩前）   | 分娩当日（分娩後）  | 分娩後1日目  | 分娩後2日目   | 分娩後3日目 | 分娩後4日目   | 分娩後5日目（退院）   |
|--------------------------|---|--|---|--|--------|--|--|
| 達成目標                     | リラックスして過ごすことができる  | 赤ちゃんの誕生を実感する   | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院後の生活がイメージできる   |
| 治療・薬剤<br>(点滴・内服)<br>リハビリ | 点滴をします<br>                 | 必要時、子宮収縮剤、<br>抗生剤の内服があります<br>                               | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 処置                       |   |  | 外陰部に創がある人は処置室で毎日創の確認をしていきます   |  |        | リフレクソロジー（下肢の<br>マッサージ）を行います<br>                           | 退院前に診察があります<br> |
| 検査                       | 胎児心拍陣痛モニターを<br>行います<br>    |  |   | ・褥瘡検診<br>起床時尿検査があります<br>7時に体重を測定します<br>血圧を測定します<br>浮腫の有無を確認します<br>・採血<br> |        | ・褥瘡検診<br>起床時尿検査があります<br>7時に体重を測定します<br>血圧を測定します<br>浮腫の有無を確認します   | 退院前に診察があります<br> |
| 活動<br>安静度                | 行動に制限はありません   | ベッド上安静（6時間）<br>横向きは可能です<br>6時間後、看護師の付添<br>のもとに歩くことができます<br> | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 食事                       | 産後の身体に合わせた食事<br>が始まります<br> |  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 清潔                       | シャワー浴ができます<br>破水した場合、シャワー浴<br>はできませんので、体を拭<br>きます   | 分娩後、体を拭きます   | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 排泄                       | 破水後は清浄綿で拭いてく<br>ださい   |  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 栄養管理                     | 特別な栄養管理の必要性   | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |        |  | 退院前に診察があります<br> |
| 赤ちゃん処置                   |   |  | 赤ちゃんの誕生を実感する  |  |        | 黄疽の採血があります<br>聴力検査があります<br>                                 | 黄疽、先天代謝異常等の採血があります<br>退院時小児科の診察があります   |
| K2シロップ                   |   | 赤ちゃんに1回目の<br>K2シロップをのませます<br>(合計13回)   | 赤ちゃんの誕生を実感する  |  |        |  | 赤ちゃんにK2シロップをのませます<br>(2回目)<br>K2シロップをお渡しします  |
| 患者さん及び<br>ご家族への説明        | 必要物品の準備<br>母子手帳を預かります<br>パーアラウの確認をします   | 母児の状態に問題がな<br>ければ、母児同室を開始<br>します<br>                      | 出生証明書を選します<br>分娩の振り返りをします<br>体調に合わせて沐浴・育児・授乳・退院指導を行います<br>(詳細はパンフレット「ひまわり」を用いて) |  |        | 母子健康手帳を返却します<br>肌着伝票の支払いの説明を行います<br>母乳外来の予約の説明を行います<br> |  |

## <帝王切開の方>

| 経過                       | 入院   | 手術前日  | 手術当日<br>(手術前)   | 手術当日<br>(手術後)  | 術後1日目  | 2日目 | 3日目  | 4日目  | 5日目  | 6日目   | 7日目  | 退院   |
|--------------------------|--|---|---|--|--|-----|--|--|--|---|--|--|
| 達成目標                     | 不安軽減でき、安心して帝王<br>切開に臨むことができる   | 赤ちゃんの誕生を実感する  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |  |     |  |  |  |   |  | 退院後の生活がイメージできる   |
| 治療・薬剤<br>(点滴・内服)<br>リハビリ |  | 点滴をします<br>                   | 手術室で背中<br>に麻酔の管が入ります<br>                 |  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する                           |     |  |  | 退院前に診察があります<br> |   |  |  |
| 処置                       |  |   |   |  | 状態に合わせ、点滴と背中の管を抜きま   |     |  |  |  | リフレクソロジー（下肢<br>マッサージ）を行います<br>       | 抜糸<br>します<br>   |  |
| 検査                       | 採血、尿検査<br>胎児心拍陣痛モニターを<br>行います<br> |   |   | 採血があります<br>                     | ・褥瘡検診<br>起床時尿検査があります<br>7時に体重を測定します<br>血圧を測定します<br>浮腫の有無を確認します |     | ・褥瘡検診<br>起床時尿検査があります<br>7時に体重を測定します<br>血圧を測定します<br>浮腫の有無を確認します   |  |  | 採血があります<br>                          | 退院前に診察があります<br> |  |
| 活動<br>安静度                | 行動の制限はありません  |   | ベッド上安静<br>横向きは可能です<br>                   | 歩き始めます<br>歩けたらストッキングを脱ぎます  | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する                           |     |  |  |  |   | 退院前に診察があります<br> |  |
| 食事                       | 夕食まで食べられます<br>( ) から絶飲食です<br>     | 食事はありません<br>                 |   | 朝から飲水をはじめます<br>食事が始まります（身体の状態に合わせて産後用の食事にします）  |  |     |  |  |  | お祝い膳があり<br>ます<br>(3種類から選<br>びます)<br> | 退院前に診察があります<br> |  |
| 清潔                       | 入浴・洗髪できます<br>                     | 入浴はできません<br>                 |   | 体を拭きます<br>                      |  |     | 麻酔の管が抜けたらシャワー浴を<br>開始します<br>  |  |  |   | 退院前に診察があります<br> |  |
| 排泄                       |  |   | 手術室で<br>尿道カテーテルが<br>入ります  | 歩けたら尿道カテーテルを抜きます   | 血液の塊（かたまり）が5cm以上や多い時はお知らせください                                  |     |  |  |  |   |  |  |
| 栄養管理                     | 特別な栄養管理の必要性  | <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無   | 赤ちゃんとの生活に慣れる<br>退院後の生活に向けて、育児技術を習得する  |  |  |     |  |  |  |   |  | 退院前に診察があります<br> |
| 赤ちゃん処置                   |  |   |   |  | 赤ちゃんの誕生を実感する   |     |  | 黄疽の採血があります<br>聴力検査があります<br> | 黄疽、先天代謝異<br>常等の採血があり<br>ます   | 退院時小児科の診察があります  |  |  |
| K2シロップ                   |  |   | 赤ちゃんに1回目の<br>K2シロップをのませ<br>ます<br>(合計13回)  |  | 赤ちゃんの誕生を実感する   |     |  |  | 赤ちゃんにK2シ<br>ロップをのませ<br>ます<br>(2回目)   | 火曜出生の赤ちゃんのみK2シロップを<br>のませます<br>(3回目)<br>(それ以外の赤ちゃんは自宅でのむこ<br>とになります)<br>K2シロップをお渡しします                                     |  |  |
| 患者さん及び<br>ご家族への説明        | 病棟内オリエンテーションを<br>行います<br>術前説明を行います<br>必要物品の確認をします<br>母子手帳を預かります  | 血検予防の<br>ストッキングを<br>はきます<br> | 母児の状態に問<br>題がなければ、母<br>児同室を開始<br>します<br> | 状態に合わせて、お産のふり返しをします<br>出生証明書を選します<br>術後5日目に沐浴見学、6～7日目に沐浴を実施をします<br>育児指導・授乳指導を行います<br>1ヶ月検診までの生活や異常時受診、1ヶ月検診についてお話し |  |     | 母子健康手帳を返却します<br>肌着伝票の支払いの説明を行います<br>午前中退院になります<br>母乳外来の予約の説明を行います<br> |  |  |   |  |  |

## 授乳指導

当院は母乳育児を推奨しています。

そのために、出産後より母子同室を開始しています。

出産直後より、早期授乳を行い、

個人に合わせて授乳指導を行っています。

体調によっては一時的に赤ちゃんをお預かりし、

お母さんの休息がとれるようにしています。



授乳指導

## 育児指導（退院指導）・沐浴指導

「ひまわり」という当院オリジナルの冊子を用いて

育児指導を行っています。

沐浴指導は、まず見学を行って、

それから実施できるようお手伝いしています。

ご本人だけでなく、ご主人やおじいちゃんおばあちゃんも

一緒に参加することができます。



退院指導



沐浴指導



## お食事

季節の素材をふんだんに使った健康的で優しい食事を用意しています。

食事はカロリー、栄養を考えた『マタニティー食』となっています。

出産後4日目（帝王切開の方は6日目）に当院オリジナルの**お祝い膳**を準備しております。

主食とメイン料理は選ぶことができます。

<主食> 白ご飯 お赤飯

<メイン料理> 鯛の塩焼き・牛肉のソテー・有頭エビフライ

### ☆お祝い膳の例☆



お赤飯・牛肉のソテー

他にも組み合わせはお好みで



お赤飯・鯛の塩焼き

白ご飯もお選びいただけます



お赤飯・有頭エビフライ

## 母乳外来

毎週水曜日・予約制：3000円＋消費税

退院後、安心して育児が継続できるように母乳外来を行っています。

赤ちゃんの体重は増えているか、おっぱいのトラブルはないか、

育児で困っていることはないか相談できる時間です。助産師が担当します。

当院外でお産をされた方も予約できます。初診料がかかることがあります。

## 産後一ヶ月健診

毎週水曜日：12:30～

産婦人科・小児科の医師の診察があります。

その後に助産師のおっぱい観察や育児相談などがあります。

