



# 自然分娩される方へ

氏名：@PATIENTNAME 様

	出産まで 入院日	出産当日	産後 1~2 日	産後 3~4 日	産後 5 日 退院日
日付	/	/	/ ~ /	/ ~ /	/
内服	破水されている場合、抗生物質の内服を8時間おきにして頂きます。	産後より痛み止めと抗生物質が出ます。産後にお渡ししますので、指示に従ってお飲みください。	貧血があれば、鉄剤が処方されることがあります。		
検査	適宜モニターをつけます。		産後1日目： 午前中にお部屋で採血をします。	尿検査があります。 前日に検尿カップをお配りします。	
処置	医師や助産師が適宜、内診をいたします。	分娩後2時間は分娩室で過ごして頂き、子宮収縮や出血の状態、会陰部の状態、血圧などを観察させていただきます。尿が溜まっている様であれば、子宮収縮が悪くなる恐れがあるため、尿を管で取らせて頂きます。その後、お部屋に移動します。	産後1日目： 産後、初めての排尿後に会陰部の状態を分娩室で診させて頂きます。変わりなければ、産後3日目の医師の診察まで診察はありません。気になることがあれば、おっしゃってください。	午前中に医師の診察が処置室であります。子宮の収縮や出血、傷の状態をみさせていただきます。診察により退院が決定されます。体重測定を行います。	退院許可があれば、退院となります。
食事	病院食が出ますが、好きなものを召し上がってもよいです。	分娩後は特別食となっています。	毎日午後、おやつが出ます。	産後3日目： 夕食にお祝い膳をお出しします。	
活動	破水していなければ、院内は自由です。		安静度は、病院内は自由です。		
清潔	シャワーは可能です。	分娩後は発汗が多く、出血などで着物も汚れていることがあるので、清拭をして着物を着替えさせていただきます。	病院の着物を申し込んでおられる方は、毎日病衣の交換を行います。発汗時や汚れた場合には、いつでも言ってください。病衣をお渡しします。体調がよければ、シャワーが可能となりますので、お伝えいたします。		
排泄	排尿は我慢しないようにしましょう。破水している時、ウォシュレットの使用はできません。	帰室後、最初のトイレやベッドから離れる時は、立ち上がりながらナースコールでお知らせ下さい。	ウォシュレット・トイレとなっています。排泄後お使いください。水圧で、おしもが痛いことがありますので、水圧を下げ、お尻を浮かすようにして調節してください。	産後は、会陰縫合による痛み、痔核、乳汁分泌などにより便秘になることがあります。症状があればお伝えください。頻回の排尿、残尿感、排尿時痛などがあれば、膀胱炎の可能性もありますのでお伝えください。また、尿漏れなどの尿のトラブルがある時もお伝えください。	
説明	必要時に、医師から説明があります。呼吸法やマッサージなどを、助産師がアドバイスいたします。		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 母児同室指導を行います。赤ちゃんの扱い方、母乳の飲ませ方、ミルクの作り方・飲ませ方などを説明します。お母さんの体調や赤ちゃんの状態によって、夜間は赤ちゃんをお預かりしますので、お申し出ください。</li> <li>● 沐浴指導を行います。月曜日か木曜日どちらかで受けていただけます。午前9時頃から行ないます。母親学級テキストをご持参の上、授乳室へおいでください。ご家族で指導を見学したい場合や、実際に実施してお帰りになりたい方がおられましたら、お申し出ください。</li> <li>● 退院指導を行います。火曜日か金曜日どちらかで受けていただけます。午前9時頃から行ないます。母親学級テキストをご持参の上、授乳室へおいでください。</li> </ul>		
書類	入院に必要な書類をお預かりします。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 出生届は病院で準備しております。産後1日目にお渡しいたします。</li> <li>● お急ぎの方は母子手帳もお渡ししますのでお申し出ください。</li> <li>● 生まれた日を1日目として14日目までに役場に提出してください。届出は現住所にかかわらず、どこの市役所にも提出できます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 産前に仕事をされていた方で、<b>出産証明書が必要な方は</b>、退院の前日までに、用紙を病棟クラークにお渡しください。退院日にお渡しします。</li> <li>● <b>出産手当金や、出産育児一時金の請求書は</b>、ご主人の職場やご自分の職場にありますので、早めにもらって、退院日の前日までに病棟クラークにお渡しください。国保の方は手続き不要です。</li> </ul>		
ベビー		赤ちゃんの状態にもよりますが、生後2時間は、分娩室でお母さんと一緒に過ごします。出生時の記念写真をお撮りします。プリントができればお渡しいたします。臍箱をお渡しします。	産後1日目： 母児同室になります。出血の予防のためのビタミンKのシロップを飲みます。毎日体重測定と黄疸の検査を行います。(必要時、採血で黄疸の検査を行います)	産後3日目： 生後1~3日目のいずれかの日に、聴力検査をさせていただきます。赤ちゃんが眠ったら、お知らせください。結果は母子手帳に貼らせていただきます。	産後4日目： 小児科医師により健診を行います。結果は、母子手帳に記入いたします。先天性代謝異常の血液検査を行います。結果は、一ヶ月健診時にお渡しします。ビタミンKのシロップを飲みます。ビタミンKのシロップは、退院後も1週間に1回飲んでいただきます。(退院時にビタミンKのシロップをお渡しします)

※状態に応じて予定は変更になる場合があります。ご質問、ご不明な点などありましたら、担当看護師におたずねください。