

産褥期の流れ

産褥期(さんじょくき)とは、分娩後母体が妊娠前の状態に戻るまでの6~8週間のことをいいます

月/日	出産当日 月 日	1日目 月 日	2日目 月 日	3日目 月 日	4日目 月 日	5日目 月 日	6日目 月 日	
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・出産2時間後、歩ける場合は歩いて病室に行きます ・車椅子で行くこともあります 			<ul style="list-style-type: none"> ・採血があります ・尿検査があります 	<ul style="list-style-type: none"> ・子宮の状態を 見るため内診 させていただきます ・内診後先生から お話があります (産褥5日目退院時) 	<ul style="list-style-type: none"> ・子宮の状態を みるため内診 させていただきます ・内診後先生から お話があります (産褥6日目退院時) 	<ul style="list-style-type: none"> ・退院予定日です 都合のよい時間をお知らせ下さい 	
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・お薬があります(抗生剤と子宮収縮剤など)鎮痛剤の内服もあります 1日3回、毎食後に飲みましょう 							
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・分娩食をお出しします。おやつと夜食が出ます お祝いディナー券をさしあげます。 							
お母さん	出血	<ul style="list-style-type: none"> ・量は赤くて多く、粘り気があります ・4~5時間毎にナプキンを交換をし、排尿後はビデで洗浄をしましょう ・身体を拭きます 			<ul style="list-style-type: none"> ・量は減り、褐色になってきます 			粘り気や量も減ります
	後陣痛	<ul style="list-style-type: none"> ・おっぱいを吸わせたり、排尿後や内服後に、子宮が収縮する痛みが起こることがあります。だんだんと痛みは和らいできます 						
	おっぱい、育児、過ごし方	<ul style="list-style-type: none"> いつからでも母子同室をすることができます 母子同室でも、おっぱいの吸わせ方や育児方法など何でも、ご説明したり、お手伝いをさせていただきます 		<ul style="list-style-type: none"> ・母乳はあまり出ませんが、何度も吸わすことで早く出るようになります 	<ul style="list-style-type: none"> ・おっぱいが熱く、張ってくるようになります 	<ul style="list-style-type: none"> ・母乳の出が増えてきます 		<ul style="list-style-type: none"> ・足湯器で足を暖め、身体の疲労を回復します
赤ちゃん	身体の変化	<ul style="list-style-type: none"> ・外の環境に慣れるまで24時間くらいはかかります(個人差あり) ・便は海苔の佃煮のようです 		<ul style="list-style-type: none"> ・おへそはだんだん乾いて硬くなります 	<ul style="list-style-type: none"> ・便の色が黄色くなり粒々が混ざることがあります ・肌や白目の部分が黄色く見えます。生理的黄疸です 	<ul style="list-style-type: none"> ・便は母乳が増えると水っぽい黄色便になります ・おへそが取れやすくなります 		
	診察・薬	<ul style="list-style-type: none"> ・ビタミンK2シロップを飲みます ・入院中に小児科医の診察があります ・黄疸の検査をします 必要時採血で黄疸の検査をします 		<ul style="list-style-type: none"> 血糖測定を行うこともあります 	<ul style="list-style-type: none"> ・聴覚スクリーニング検査をします(結果は1ヶ月健診時) 	<ul style="list-style-type: none"> ・先天性な代謝異常の有無をみる採血をします(結果は1ヶ月健診時) 		
お話	<ul style="list-style-type: none"> ・退院後の生活についてお話をさせていただきます(月 日 曜日) ・赤ちゃんのお風呂の入れ方を見ていただきます(月 日 曜日) ・実際に赤ちゃんをお風呂に入れてみましょう(月 日 曜日以降)  <ul style="list-style-type: none"> ・心配なことや、不安なことなど何でもお聞きします <p>*災害時には看護師が誘導いたしますので、赤ちゃんを抱いて避難してください</p>							

