

5. 37 週になったら準備すること

妊娠 37 週 0 日から 41 週 6 日までには赤ちゃんが生まれます。まだ予定日になっていないから大丈夫、と思っははいけません。急に陣痛が来て焦ってしまわないように、準備できることは早めに準備しておきましょう。

- 1) マニキュア・ペディキュア・装飾品は外しておきましょう。
入院の可能性があるときは爪は短く切っておきましょう。

分娩経過の途中で帝王切開となった場合にはお化粧品や装飾品はすべて外します。指輪・ピアスなどの金属類を身につけていると手術が行えません。妊娠後期になると手のむくみにより指輪が外れにくくなる場合もあるため、あらかじめ外しておきましょう。

(指輪を外せない場合はやむを得ず切らせて頂きます。)



- 2) 交通手段を確保しましょう。夫・家族の連絡先を確認しておきましょう。



お産の入院時、妊婦さんが自分で運転するのは危険です。運転手の家族にはお酒を控えてもらい、送ってもらいましょう。夜間営業もしているタクシー会社を把握しておきましょう。(入院時に困らないよう車にガソリンを入れておきましょう。)

- 3) 妊娠中に内服していたお薬、持病のお薬があれば入院時に持ってきてきましょう。お薬とお薬手帳を持ち歩くようにしましょう。



- 4) 入院時に焦って荷物を探さなくて済むよう、必要な荷物は、家族が分かりやすい場所にまとめておきましょう。

5) 1人で外出しているときに破水や異常出血、陣痛が起こるかもしれない。常におりものシートやナプキンをつけておきましょう。

破水や異常出血の可能性があるため、常におりものシートやナプキンをつけておきましょう。



外出する時は、必ず母子健康手帳、診察券、ナプキン、服用している持病のお薬などを持ち歩き、入院に備えておきましょう。



新型コロナウイルス感染防止のため、
現在立ち会い分娩は行うことができませんが、
家での陣痛の過ごし方、入院時の運転、出産後の過ごし方などを
無事に入院できるように家族で話し合っておきましょう。
いつでもお手伝い致します。

