

# 1. 入院の方法

## 1) 入院の時期

### ① 陣痛

陣痛とは赤ちゃんを産み出そうとする子宮の収縮のことです。陣痛がくるとお腹が硬く張り、痛みが伴います。これが10分間隔（1時間に6回程度）になったら陣痛の開始です。お腹が張る感じとともに痛みがある場合はお腹に触れて、間隔をみましょう。

**陣痛がきたと感じたら・・・**

- 落ち着いて陣痛の間隔を測定しましょう。
- 初産婦の方・・・陣痛が10分おきに規則的になったとき
- 経産婦の方・・・陣痛が15分おきに規則的になったとき
- 帝王切開で出産予定の方・・・すぐに病院へ連絡しましょう。

**※注意事項※**

病院が遠い場合、経産婦さんで前回のお産が早かったときは早めに連絡しましょう。

### ② 破水

破水とは赤ちゃんを包んでいる卵膜の一部が破れ、羊水が流れ出てくることです。陣痛やおしるしがなくても先に破水がおきる場合もあります。

**破水とはどんな症状なのか・・・**

- 尿をもらしたような感じがする。
- 体を動かすと余計に流れる。
- お湯が流れるような感じがする。
- やや生臭い感じがする。
- 止めようと思っても止められない。

**☆上記の症状があったときは・・・**

○ 清潔なナプキンを当てて、すぐに病院へ連絡しましょう。

**☆病院に来るときは・・・**

○ 大きいナプキンを当てましょう（羊水は少量の場合もあれば多量に流れ出る場合もあります）。

○ 赤ちゃんへの感染予防のためシャワーや入浴はしないで下さい。

○ できるだけ安静にし、車の後部座席に横になりながら来院しましょう。

### ③異常な出血

- 鮮やかな赤色で流れ続ける出血
- 生理の2日目以上出血、昼用ナプキンが一気に半分以上濡れてしまう出血
- レバーのような塊がある出血

☆上記の症状があったときは・・・

○清潔なナプキンをあてて、すぐに病院へ連絡しましょう。

### ④異常な腹痛

- お腹全体が板のように平らになっているような硬い張り、ずっと張り続けている。
- お腹のどこかに我慢できないほどの急激な痛み、冷や汗が出たり顔色が悪くなるほどの腹痛を感じる。

☆上記の症状があったときは・・・

○様子を見るのではなく、すぐに病院へ連絡しましょう。

### ⑤胎動の減少

胎動は赤ちゃんが元気であると知ることができるサインです。このため、いつもと比べて胎動を感じないまたは少ないと感じたら病院へ連絡しましょう。

### ⑥その他

- 目がチカチカする
- 耳鳴りがする
- 急激に体重が増えた
- 手足や顔が急にむくんできたとき
- 発熱、ひどい下痢

☆上記のような症状があったときは・・・

○急な血圧の上昇、腎盂腎炎、胃腸炎などが考えられます。

すぐに病院に連絡しましょう。

