

産後スケジュール

自然分娩

経過 月/日	お産当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
安静度	産後2時間まではLDRで過ごし、その後状態に合わせて少しずつ体を動かしていきます。 骨盤ベルト（さらし）を巻き、緩んだ骨盤をしっかり支えましょう。	☆授乳の間で十分に休息をとみましょう。 						
お母さん		10時検温 →						
		採血（貧血の検査）		血圧測定 診察		血圧・体重測定 診察 検尿	退院（経産婦）	退院（初産婦）
赤ちゃん	（必要時）血糖測定	小児科医師の診察 ビタミンK内服		血液検査（黄疸の検査） *血液型は調べません。		血液検査（黄疸・先天性代謝異常の検査） 小児科医師の診察 ビタミンK内服		
清潔	産後、体を拭きます。	☆シャワー・洗髪ができます。（毎日9時～17時）*気分の悪いときはやめましょう。 ☆3～4時間毎にトイレに行き、ナプキンはこまめに交換しましょう。						
薬	☆産後の内服薬2種類（子宮収縮剤・抗生剤）5日分 ☆傷や後陣痛、痔などの痛みにお渡しをしています。使用すればスタッフにお知らせください。							
指導	トイレ歩行の説明 産後のオリエンテーション	☆退院までに沐浴実施、退院指導、調乳指導、薬剤指導があります。 ☆授乳指導、育児指導は随時行いますので、不安や疑問があればいつでもお声かけください。						
その他	☆授乳は自律授乳です。赤ちゃんが欲しがったときに授乳をしていただきます。 ☆面会時間：①14時～15時、②17時～18時（お父さん、おじいちゃん、おばあちゃんの抱っこ面会もこの時間です。） ☆退院の際、出生証明書・母子健康手帳をお渡しいたします。なお、入院中に出生届を提出される場合はお知らせください。 							

※一般的な産後のスケジュールです。体調などによりスケジュールが変更になることがあります。

※入院中、赤ちゃんは小児科医師による診察があります。小児科と連携し、赤ちゃんに何かあればすぐに対応しています。

入院中の指導

産後入院中には、沐浴練習・薬剤指導・退院指導などがあります。
入院中にお母さん一人ひとりに合わせた育児を考え、個別の指導も行っています。

沐浴練習の様子



退院指導の様子

