

出産を終えて、子育てへ・・・



入院中のお母さんへの指導・・・

ご出産おめでとうございます。お疲れ様でした。次は、育児のスタートです。

当院では、〈産後1日目〉母子同室指導、〈産後2日目〉沐浴指導、
〈産後3日目〉退院指導を行っています。
その様子とポイントをまとめました。

母子同室指導

〈産後1日目〉

母子同室とは・・・

お母さんと赤ちゃんが、一緒の部屋で過ごす事です。
当院は、赤ちゃんにお母さんのおっぱいをいつでも
たくさん吸ってもらう為、母子同室をしています。



抱き方

横抱き、縦抱き、
フットボール抱きがあります。



おむつ交換

おむつは、こまめに変えて
あげましょう。
便の時、女の子は前から後ろへ
拭きましょう。

おっぱいの
吸わせ方

赤ちゃんの口を大きく開けさせ
乳輪部まで深く吸わせます。



体温の測り方

首の下か脇の下で5分くらい測ってください。

授乳表の記録

おっぱい、ミルクの量、尿、便等記入します。

ミルクの補充

おっぱいの分泌が十分でない時は、ミルクを足してください。

ベビーベッドには、無呼吸センサーが付いています。

出産を終えて、子育てへ・・・

vol.5年報/2010.09.30発行

沐浴指導

〈産後2日目〉

赤ちゃんのお風呂の入れ方です。

● お風呂は毎日入れましょう。

★ ベビーバスを使ってください。

▶ お湯の温度は38℃～40℃。

■ 顔、頭、手、胸、腹、股、足、背中順に洗ってください。

▲ 首をしっかり支えておしりを持ってください。



■ 湯船の中は5分くらい。

★ 湯上がりはバスタオルで、押さえ拭き。衣類の準備も忘れずに。



退院指導

〈産後3日目〉

お母さんと赤ちゃんの退院後。

検診 お母さんも赤ちゃんも1週間と1カ月の検診があります。
お母さんは、主治医の曜日で予約を。
赤ちゃんは、小児科棟で健診時間に予約を。

お産後のお母さんの身体の変化と過ごし方

子宮のもどり、オ口、日常生活、栄養、心の変化。

- 血のかたまりや流血がある時は受診を！
- おっぱいと相談しながら甘い物、脂っこい食事は控えめに！
- 1カ月は無理をせず徐々に元の生活へ。

家族計画と避妊

検診時に避妊方法の相談を。

★ **赤ちゃんの生活** 服は薄着が基本。★ **赤ちゃんの異常と受診**

母子手帳、保険証、医療書、おむつは、分りやすい場所にひとまとめに。

いよいよ育児の本番、楽しみですね。予想と現実が大きく食い違う場面や出来事がたくさんあります。育児書やインターネットのサイト上に書かれている赤ちゃんは「標準くん、理想ちゃん」であると言われる児童精神科医がいっぱいいました。誰の子供でもないあなたの赤ちゃんをしっかりと見て、聞いて、抱いて、感じて、他の赤ちゃん情報と比べることなく、わが子の成長、発達の変化を見てください。もし不安に感じたり心配なこと、うまくいかないことがあれば、一人で悩まないで当院のDr、スタッフに相談していただければ幸いです。

