

DAY0

出産当日 0日目

安静度 最初のトイレは付き添います
その後は病棟の中のみ

検査 適宜助産師の検温があります
レントゲンを撮ります

食事 授乳婦食

清潔 体拭きのみ

内服 医師に指示された内服
内服したら薬の空フィルムをケースにお入れください

指導 なし

赤ちゃん 新生児室でお預かりします

メッセージ

message

ご出産おめでとうございます

まずはゆっくりと体を休めて下さいね

悪露（性器出血）が多い場合はスタッフにお知らせください

パッドを測ったり見せていただくことがあります

傷の痛みが強い時はスタッフにご相談ください

ふうつきやめまいなど気分が悪い場合などは

その場を動かさずにすぐスタッフへお知らせください

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります
総合相模更生病院 産婦人科

DAY 1

産後1日目

安静度 許可が出たら院内

検査 適宜助産師の検温があります

食事 授乳婦食

清潔 許可が出たらシャワーに入れます
担当スタッフと時間を調整してください

内服 医師に指示された内服
内服したら薬の空フィルムをケースにお入れください

指導

同室指導 10:00頃よりお部屋で行います
事前に下記の動画視聴をお願いします(約5分)
<https://youtu.be/tL4i-b1LCbl?si=aAojzSlc1HOEPC-n>



母児同室指導 動画

調乳指導 13:30よりデイルームで行います
(月火水木に出産→金曜日 金土日に出産→火曜日)
(経産婦さんで見学不要の方はお申し出下さい)

赤ちゃん 新生児室でK2シロップを内服します
体調が良ければ10:00頃から同室を開始します

メッセージ

message

出産の影響で尿意を感じにくい場合があります
2~3日で自然に戻ってくることが多いですが
スッキリ出ていればさほど心配は入りません

尿を溜めたままにしておくと子宮の戻りが悪く出血が増えることがあるので

3時間おきくらいにトイレに行くようにしましょう

尿意があるのに尿が出ない場合はスタッフへ知らせてください

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります

総合相模更生病院 産婦人科

DAY2

産後2日目

安静度 院内

検査 適宜助産師の検温があります

食事 授乳婦食

清潔 シャワーに入れます
指導の時間を避けてスタッフと調整してください

内服 医師に指示された内服
内服したら薬の空フィルムをケースにお入れてください

指導

退院指導 13:30よりデイルームで行います
(火水に出産→土曜日 木金土日に出産→月曜日 日月に出産→木曜日、
事前に下記の3つの動画視聴をお願いします (合計約13分)

https://youtu.be/V_ni8E_ieSA?si=D6RrIKv4LxUMXL5d

<https://youtu.be/H0R-j0tMMFE?si=YsnMXFlnPzAwhh3j>

https://youtu.be/xcnwQ9dO_EM?si=TOeODSx3_o0COnT6

赤ちゃん 入院中に全員が新生児専門医
と整形外科医の診察を受けます



退院後の生活 動画



K2投与方法 動画



産後健診 動画

メッセージ

message

会陰の傷の影響で便が出し辛いと感じる方もいます
まずは水分・食事をしっかりと摂ることが大切です
便意がある時は我慢せず排便するほうが良いですが
とても怖い・痛くて出せない・便意がない場合は

早めにスタッフに相談しましょう

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります
総合相模更生病院 産婦人科

DAY3

産後3日目

安静度 院内

検査 採血・採尿・体重測定
適宜助産師の検温があります

食事 授乳婦食
(貧血の場合は貧血食になることがあります)

清潔 シャワーに入れます
指導の時間を避けてスタッフと調整してください

内服 医師に指示された内服
内服したら薬の空フィルムをケースにお入れください

指導
沐浴指導 9:30頃より沐浴室で行います
(経産婦さんで見学不要の方はお申し出下さい)

赤ちゃん 聴力検査は生後3~4日目に行なっています
追加で尿の検査をすることがあります
補助券がある場合にはご記入ください

メッセージ message

おっぱいの変化が出てくる頃です
今までにない張りを感じられる方もいるかもしれませんが
いずれも3~4日で落ち着いてきます
母乳の出方は早い人ゆっくりな人様々です
退院してからの生活も考えながらの対処には個人差も大きいので
スタッフと相談しながら乗り切りましょう

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります
総合相模更生病院 産婦人科

DAY4

産後4日目

安静度 院内

診察 医師の退院診察があります

検査 適宜助産師の検温があります

食事 授乳婦食
夜はお祝膳が出ます

清潔 シャワーに入れます
指導の時間を避けてスタッフと調整してください

内服 医師に指示された内服
内服したら薬の空フィルムをケースにお入れください

指導
曜日に応じて指導を受けていただきます

赤ちゃん 新生児マススクリーニング検査は
生後5日目に行なっています
同意書をご記入いただきます

メッセージ

message

育児や授乳もはじまったばかりですが
退院を明日に控え心配事もあるかもしれません
当院では退院後の2週間健診を行なっています
心配のある方は2週間健診を受け
育児や授乳について相談しながら
ゆっくり慣れていきましょう

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります
総合相模更生病院 産婦人科

DAY5

退院日 産後5日目

退院 10:30頃までに授乳・お会計を済ませ
準備が出来次第退院可能となります

食事 授乳婦食（朝まで）

内服 医師に指示された内服
追加の処方があることがあります
忘れずにお持ち帰りください

指導 退院前授乳指導
不安を残さないようにしておきましょう

赤ちゃん 新生児室でK2シロップを内服します
新生児マススクリーニング検査の採血をします
沐浴・授乳が終わったらお着替えできます
余ったオムツやお尻拭きは持ち帰れます

メッセージ

message

いよいよ退院ですね

新しい家族のスタートです

新しい家族は何ヶ月もかけてスタイルも安定してきます

焦らずそのときに大切なことを優先して

困ったら周囲の人に相談しましょう

そうすることで赤ちゃんが周囲の人も自然に育ててくれます

困ったことがあったら病院や市の保健センターにもご相談くださいね

あくまでも基本的なスケジュールです
体調や曜日の都合で変更になることもあります
医師やスタッフの指示が優先となります
総合相模更生病院 産婦人科