

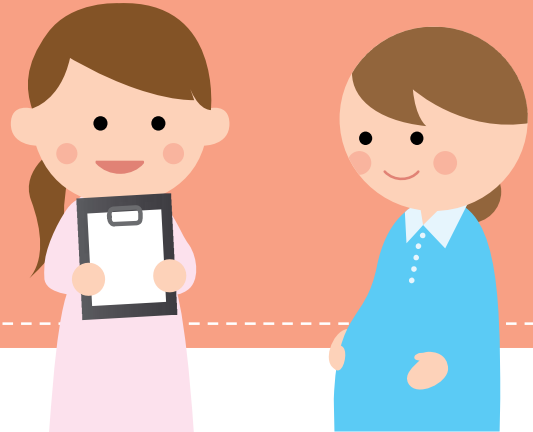
# 入院の準備から出産まで

## 赤ちゃんからのサイン

「そろそろ産まれるよ」という赤ちゃんからのサインは「予備サイン」と「お産の始まりのサイン」の2段階あります。個人差があり、すべてあるわけではありません。しっかりキャッチできるように、どんなサインがあるかを知っておきましょう。

## 予備サイン(出産が近づいてきたサイン)

- おなかがひんぱんに張る
- 胃のあたりがすいたような感じがする
- トイレが近くなる
- 腰の周りが痛み、足のつけ根が押される感じがする
- おりものが増える
- 胎動が少なくなる



## お産の始まりのサイン

お産の始まりのサインは次の3つ。どれから始まるかは人によって違います。

お産のサインがあったら、出産する施設へ連絡します。

状況を報告して、指示を受けましょう。

- おしるし  
・血液の混じったおりものがでます→少量の場合は医師などの指示で待機→入院  
・生理の時以上の出血、レバーのようなかたまりがでたら出産する施設へ至急連絡→すぐに入院

- 陣痛
  - ①赤ちゃんを外に出すために子宮が収縮します
  - ↓
  - ②次第に規則的に、強くなっていく
  - ↓
  - ③10分(経産婦は20分)間隔になったら出産する施設へ連絡
  - ↓
  - ④入院

- 破水
  - ①赤ちゃんを包んでいる卵膜が破れて、羊水が流れ出ます
  - ↓
  - ②出産する施設へ連絡
  - ↓
  - ③ナプキンをあて、できるだけ安静を保って速やかに移動
  - ↓
  - ④入院

