



# 1. 母子健康手帳の活用方法



母子健康手帳には、妊娠・出産の経過や、赤ちゃんが小学校に入学するまでの発育・発達の状態、ワクチン接種情報など、母と子の健康に関する情報を記入していきます。

母子健康手帳を受け取ったら、健診のたびに持参して受付へ提出します。毎回の健診の結果を、医療スタッフがそのつど記載するので、ママの体重の増え具合や血圧の数値が適正かどうか、赤ちゃんの成長に問題ないかなどをチェックすることができます。

母子健康手帳には医療スタッフが記入する欄と、ママやパパが記入する欄、妊娠・出産・育児に関わる情報がわかりやすく書かれた情報ページがあります。

受け取ったら、ページをめくって確認してみましょう。

## 記入をしましょう!!!

母子健康手帳を受け取ったら、まずママとパパの名前や年齢などの基本情報を記入しておきましょう。また、ママの健康情報の欄は今後、母体の健康管理をしていく上で重要な情報になります。職業や環境の欄には、仕事の種類のほか、「立ち仕事が多い」など具体的に書いておくと、医師や助産師に妊娠中のアドバイスを受けるときの参考になります。

“妊娠中に感じたこと”を記録するページ、産後の乳幼児検診の前に我が子の様子をチェックするページ、赤ちゃんがかかった病気を記録する欄があり、これらはママが記入することになっています。自由に記入することができるページなので、写真を貼ったり、カラーペンを使用しても大丈夫です。ママとパパの気持ちをぜひ記録してください。

## つねに携帯しましょう!!!

外出の際に母子健康手帳を持参していれば、妊娠の経過が書かれているので、緊急時・災害時などアクシデントが起こっても応急処置に必要な情報がすぐにわかり、適切な対応をしてもらうことができます。





## 妊娠について

### 1. 妊婦健診について

妊婦健診は、妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するために行うものです。そして、医師や助産師・看護師などに、妊娠・出産・育児に関する相談をして、妊娠期間を安心して過ごしていただくことがとても大切です。

母児の健康を守るため、**妊婦健診は必ず受けましょう。**

#### 妊婦健診の流れ

##### ①受付

受付窓口にて、デジタル診察券を QR コードリーダーにかざしてから、母子健康手帳・妊婦健診受診表・保険証の確認をします。

##### ②尿検査

妊婦健診時は必ず尿検査を行います。受付隣のトイレへ入り、突き当たり扉上段に紙コップ・ペンがありますので、氏名を記入後採尿し、採尿後のコップを扉下段に置いてください。

##### ③血圧測定

妊婦健診時は必ず血圧測定を行います。待合室にある自動血圧計で血圧を測定します。測定用紙はお持ちになったまま、お待ちください。採尿、血圧測定は前後しても問題ありません。

##### ④体重測定

妊婦健診時は必ず体重測定を行います。診察券番号でお呼びします。計測時に血圧測定の用紙をお預かりします。

##### ⑤ノンストレステスト・レントゲン

ノンストレステスト：30 週以降に実施します。ただし、医師が必要と判断した場合も実施します。

レントゲン：38 週の妊婦健診時に実施します。（初産のみ）

##### ⑥医師診察

診察券番号でお呼びします。経膈・経腹超音波検査を実施します。また、必要時内診を行います。

##### ⑦採血

採血のある方にはご案内いたします。（診察前に行う場合）

##### ⑧会計

受付にて診察券番号でお呼びします。

※体調やお産について気になることがある時、その都度ご相談ください。





## 2. 妊娠中に行われる検査について

### 超音波検査(経膣・経腹)

お腹の中の赤ちゃんの成長や異常がないかの他、胎盤や羊水の状態を確認します。週数に応じて、子宮頸管長も計測します。

### 血液検査

- 妊娠初期(12週頃)  
血液型・貧血検査・血糖・風疹抗体値・B型肝炎・C型肝炎・HIV・梅毒・成人T細胞白血病
- 50g糖負荷試験(24週頃)  
妊娠糖尿病の有無を確認するためのスクリーニング検査です。
- 妊娠中期(30週頃)  
貧血検査
- 妊娠後期(36~37週頃)  
貧血検査

### 子宮頸がん検査

子宮頸がんの有無を確認します。

### クラミジア検査

膣内のクラミジアという微生物による感染がないか確認します。まれに流早産の原因になり、母子感染すると、新生児結膜炎などが生じる可能性があります。

### Nスコア【Nugent score】

膣内の細菌の有無や量を調べ細菌性膣症の診断をするスクリーニング検査です。細菌性膣症は未治療の場合、早産のリスクが高くなります。

### ノンストレステスト【NST】

分娩監視装置を使用し、お腹の張りや胎児心拍を計測し状態を観察します。30分程度時間がかかる検査です。

### GBS検査

妊娠後期のおりものの検査です。膣入口部からB群溶血性連鎖球菌という細菌の有無を確認する検査です。この細菌は、妊娠していない女性では問題ありませんが、妊娠していると経膣分娩時、赤ちゃんに産道感染する可能性があります。

### 内診(37週~)

子宮口の位置・開口の程度や柔らかさ、胎児の下降の程度を確認します。

### レントゲン検査(38週頃)

骨盤のレントゲンを撮影します。初産の妊婦さんに行います。

