

## 無痛分娩当日の過ごし方

### ○服装

- ・無痛分娩当日は前開きパジャマ、あれば産褥ショーツの着用をお願いします。  
(有料個室の方は病院のパジャマをお貸しいたします)
- ・ショーツ以外の下着・金属類(指輪、アクセサリなど)・義歯・コンタクトレンズは外していただきます。

### ○食事

- ・朝食からお食事はとらず、分娩室へ移動後より点滴にて水分・栄養の補給を行います。
- ・お水やお茶はお飲みいただけます。ミルクや糖を含むものは避けてください。
- ・出産後よりお食事を提供いたします。

### ○行動

- ・硬膜外カテーテル挿入後は、カテーテルが抜けてしまったり、転んでしまうリスクがあるため、ベッドの上で横になって過ごしていただきます。
- ・定期的に左向き・右向きと体位交換のお声がけをさせていただきます。
- ・ベッドの背中をあげたい、姿勢を変えたい時はスタッフにご相談ください。
- ・ご希望時クッションの貸し出しをいたします。
- ・産後3時間経過し体調に問題がなければ、スタッフが付き添いトイレまで歩いていただけます。

### ○トイレ

- ・麻酔開始前は床上排泄または導尿をさせていただきます。
- ・麻酔開始後は2時間毎に導尿をさせていただきます。

### ○シャワー

- ・起床後胎児心拍陣痛計を装着するので、当日のシャワーをご希望の方は、その前に済ませておいてください。
- ・ご出産後温かいタオルでお体をお拭きし、翌日より体調に問題がなければシャワーにお入りいただけます。

#### ○家族付きそい

- ・分娩室へ移動後ご家族の付きそいが可能です。
- ・ご家族の方は、ご来院されたら面会窓口にて面会受付をしていただき、2階分娩室ナースステーションへお越しください。

#### ○医療行為

- ・分娩室へ移動後より点滴を開始します。
- ・モニターを装着します。

生体モニター:定期的に血圧計・心電図・酸素飽和度の測定をします。

分娩室へ移動後から産後3時間まで装着します。

胎児心拍数陣痛計:起床時と分娩室へ移動後から分娩終了まで装着します。

- ・医師が1時間毎に内診をして、出産の進み具合を確認します。

#### ○その他

- ・ご希望に合わせてアロマでの芳香浴やお好きな音楽でリラックスのできる環境をお作りしていきます。ご希望があればお声がけください。
- ・循環促進やリラックスを目的にホットパックや足温器でのあたためを提案させていただきます。
- ・産婦さんが痛みを感じる部分をマッサージしたり、ツボ押ししたりさせていただきます。(付きそいの方がいれば、産婦さんが気持ちいいと感じる場所や触れ方などを助産師からお伝えしていきます。)

☆分娩室では助産師が側に寄り添い、痛みの程度や麻酔の効き方、分娩進行状況を一緒に確認しながら過ごしていただきます。ご不安なこと、ご心配なことがあればいつでもお声がけください。