

出産時に病院に持参するもの What to bring to hospital when having a baby

次の記事は NSW 州保健省が製作したものです。

病院に持参する必要があるものを事前に考えておきましょう

基本的なリストをここにあげますが、病院側がこれ以外のものもいくつか持ってくるように勧める場合もあります。自宅で出産される場合には、何を用意すればよいか助産婦さんが教えてくれるでしょう。

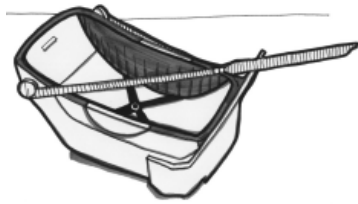
自分に必要なもの:

- ネグリジェとドレッシングガウン
- 希望される場合には、身体を締め付けない、着心地のよい洋服
- 歩きやすい靴やサンダル
- 下着と授乳用ブラジャー(使い捨てショーツを使う人もいます)
- 授乳用パッド
- 洗面用具やシャワーキャップ
- 生理用ナプキン(スーパーサイズか産後用のもの(産後用ナプキンはスーパーで購入できます))
- 分娩時に着るもの(大きなTシャツか古いネグリジェ(分娩後、捨てなければならないかもしれません))
- 帰宅する時に着る洋服(身体を締め付けないもの(もとの体型にはまだ戻っていないので!))
- 分娩中の痛みを緩和するためのホットパックなど(分娩中にこういったものを使用してよいかどうか病院にきいてください(火傷をすることがあるので、持参を禁止している病院もあります))
- 分娩中にそばに置いておきたい物



赤ちゃん用の物:

- 布オムツしか使わない病院もありますので、使用したい場合には使い捨てオムツ (病院の決まりについて助産婦か医師と確認しましょう)
- 帰宅する時に赤ちゃんに着せる衣類、オムツ、帽子
- 赤ちゃん用毛布
- 車で赤ちゃんを連れて帰る場合には、認可されたベビーカプセルを車に付けてもらっておきましょう。



パートナー用の物:

自分のパートナーや出産時にサポートしてくれる人も、持っていくものをまとめておく必要があるかもしれません。次のようなことを考えておきましょう:

- 妊婦用だけでなく、パートナーなどが分娩中に飲食できるもの。例えばジュースなどの飲み物やスープなど。妊婦を一人にしておく時間が長くないように、暖めるのが簡単なものや、すぐに食べられるものがよいでしょう。

英語で電話をする際に助けが必要な方は、電話 131 450 の翻訳・通訳サービス (TIS) をご利用ください。

マルチカルチュラル・コミュニケーションのホームページ

<http://mhcs.health.nsw.gov.au> では、これ以外にも保健関連情報を日本語でご覧いただけます。

ここに記載された電話番号は本書出版時において正しいものですが、継続的な更新はされません。電話案内で確認する必要がある場合もありますので、ご了承ください。