

JONO LADIES CLINIC 妊婦健診カレンダー

月/日	妊娠週数	妊娠月数		診察内容など	当院からのお知らせ	心にとめておくこと			
		健診回数							
/	8週 日	3ヵ月 (2~3週毎)		内診・超音波検査	<ul style="list-style-type: none"> ●最終月経もしくはCRL(頭臀長)より予定日を決定します。 ●妊娠の届け出と母子手帳交付の月です。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎次回より「妊婦健診」で予約しましょう。 ◎母子手帳・補助券に氏名等記入しましょう。 ◎不安なこと、心配なこと…助産師外来へご相談ください。 			
/	9週 日								
/	10週 日								
/	11週 日								
/	12週 日								
/	13週 日			4ヵ月 (4週毎)			初期検査 (血液一般・血液型 B型肝炎(HBs抗原) 梅毒・エイズ(HIV) C型肝炎(HCV抗体) 風疹抗体・HTLV抗体 血糖・不規則性抗体) 妊婦健診 (尿糖・尿蛋白 血圧・体重・浮腫 子宮底長 超音波検査) BMI(体重kg/身長m ²) を計算する。	<ul style="list-style-type: none"> ●分娩予約を受け付けます。 ●無侵襲的出生前遺伝学的検査の申し込み時期です。(希望者のみ) ●「分娩に際しての説明書」をお渡しします(当院分娩の方) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎前期マザークラスを予約しましょう。 ◎15週からマタニティーヨガを受講できます。 ◎血糖検査のため健診2時間前からは、飲んだり食べたりせずに来院してください。 ♪ソフロロジーのCDを貸し出します。CDを聴きながら、イメージトレーニングをしましょう。
/	14週 日								
/	15週 日								
/	16週 日	5ヵ月 (4週毎)		妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●羊水検査の時期です。(希望者のみ) ●妊婦歯科健康診査完全予約制 	<ul style="list-style-type: none"> ◎つわりも落ち着き胎盤も完成し安定期に入ります。 ◎お産についての「同意書」を提出してください。(当院分娩の方のみ) 			
/	17週 日								
/	18週 日								
/	19週 日								
/	20週 日	6ヵ月 (4週毎)	前期マザークラス	妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●胎児超音波スクリーニング検査で胎児異常の有無・胎盤の位置などをチェックします。 ●胎児の発育はBPD(児頭大横径)FL(大腿骨長)を計測します。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎乳房の手入れを始めましょう。 ◎貧血予防の食事を心がけましょう。 			
/	21週 日								
/	22週 日								
/	23週 日								
/	24週 日	7ヵ月 (2週毎)	歯科健診	妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●胎児推定体重を測定します。(10%程度の誤差があります) ●早産傾向をチェックするための診察があります。 ●4Dエコー見学は、28週までとさせていただきます。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎体重増加に注意しましょう。 ◎血糖検査のため健診2時間前からは、飲んだり食べたりせずに来院してください。 ◎後期マザークラスを予約しましょう。 ♪赤ちゃんの聴覚も発達します。積極的にソフロロジーのイメージトレーニングをして、話しかけてみましょう。 			
/	25週 日								
/	26週 日								
/	27週 日								
/	28週 日	8ヵ月 (2週毎)	後期マザークラス	妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●そろそろ、頭位に落ち着く時期です。胎児の標準体重は、28週で約1200g 30週で約1500gです。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎後期マザークラスを受講しましょう。 ◎お腹の張りや腰痛が時々みられます。規則的な張りや出血などがあれば、早めに相談しましょう。 			
/	29週 日								
/	30週 日								
/	31週 日								
/	32週 日	9ヵ月 (2週毎)		妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●胎児の標準体重は、32週で約1800g、34週で約2100gです。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎里帰り分娩の方は、9ヶ月末34週~35週の健診は分娩施設で受けましょう。 ◎36週以降の妊婦健診は、NSTで予約します。 ♪どんな出産をしたいのか思い描き、ソフロロジーのCDによるイメージトレーニングで、より具体的にイメージをしてみましょう。 			
/	33週 日								
/	34週 日								
/	35週 日								
/	36週 日	10ヵ月 (1週毎)		妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●モニター(NST)は、約30分間程かかります。時間に余裕を持ってお越し下さい。 ●内診により産道の準備状態をチェックします。 	<ul style="list-style-type: none"> ◎正期産37週~41週です。リラックスしてその時を待ちましょう。 ◎出産に向けての準備を確認しておきましょう。 ◎呼吸法、いきみの姿勢を練習しておきましょう。 			
/	37週 日								
/	38週 日								
/	39週 日								
/	40週 0日	予定日		妊婦健診	<ul style="list-style-type: none"> ●予定日超過の場合は、分娩誘発になる場合もあります。 				
/	41週 日								
/	42週 日								