



おせっかいな産婦人科医の
「迷わず電話！」チェックリスト

妊娠中に気になることが起こったら

こんなことで電話してもいいのかな

朝まで待つべき？



まずネットで調べてみよう

病院に電話するのは勇気がいられますよね

こんな時は電話してほしい


私たちが日頃「こんな時は電話してほしい！」と思う
チェックリストを作りました
電話をかける目安にしてください



電話をかけるときのポイント

★症状の程度や変化など、ご本人でないとわからないことがあります
妊婦さん本人が連絡してください

★診察券、母子手帳をお手元に準備してください



★直接来院するよりも、お電話をいただくことで、すぐに診察が必要かどうかの判断や、受け入れの準備がスムーズにできます



迷わず電話してほしい

チェックリスト

- ① 交通事故、転倒したとき
- ② 破水、出血、お腹が痛いとき
- ③ 赤ちゃんの動きがわからないとき
- ④ なんだか気持ちが悪くなる時
- ⑤ 産後でも気になる症状があるとき

迷わず電話してほしい！

①交通事故 転倒したとき

小さな交通事故や転倒でも、一度連絡をしましょう！

尻もちついたから、お腹をぶつけていないから、とっていて
も時間が経ってから症状が出現する場合があります。

赤ちゃんや胎盤に影響がないか、胎児心拍モニターや
超音波検査などを行う場合があります。



迷わず電話してほしい！

②破水 出血 お腹が痛いとき

破水：子宮から赤ちゃんの周りがある羊水が漏れること。「蛇口を捻ったように出る」「尿漏れみたいに断続的に出る」など色々なパターンがあります。妊娠週数が早くても破水は起こり得ますので連絡してください。

出血：正常な経過でもおりものに出血が混じることはあります。その判断は難しいため、**出血あれば連絡してください。**

お腹が痛い：子宮収縮が起きている可能性があります。**また、ずっとお腹が硬い、ずっと痛い時は緊急性が高い場合があります。必ず連絡してください。**

迷わず電話してほしい！

③赤ちゃんの動きがわからないとき

胎動がわかりにくい、いつもより胎動が少ない

出血や破水、子宮収縮がいつもより多いなど他にも症状がある場合はそれも教えてください

「なんかいつもと違う」と感じた時はその感覚を大事にしてください！

迷わず電話してほしい！

④気持ちの落ち込みがあるとき

なんだかよくわからないけど涙が止まらない

漠然とした不安がずっとある

ふっと消えてしまいたくなる、自分や誰かを傷つけたくなる

周りから心配されることが多くなった



まずはあなたが困っていることを教えてください

そこからサポートできることを一緒に考えていきましょう

迷わず電話してほしい！

⑤産後も気になる症状がある

お産が終わったら産科卒業??電話したら迷惑?
いえいえ、お産が終わっても産科はあなたの味方です。

例えば、、、産後に出血がある、乳房のトラブルがある、
傷のトラブルがある、などなんでも構いません



こんなことで電話していいのかな・・・

チェックリスト以外でも、気になることはたくさん出てくると思います。

この薬飲んでもいい？ 熱が出たけどどうしたらいい？



迷うなら電話をかけてみましょう！

当院かかりつけの方の場合は

電話（代表） 088-837-3000



- ★「産科に受診中」と伝えてください
- ★ご自身で電話してください
- ★診察券のID番号・母子手帳を準備してください

あなたと赤ちゃんのために

かかりつけの産婦人科病院に

「何かあったら、どのタイミングでどこに電話すればいいですか？」

と聞いてみてください。

それがあなたと赤ちゃんの安全を守る第一歩になります。

皆さんの妊娠生活が健やかであることを
私たち産婦人科医は願っております



作成：森田聡美