

すくすく おっぱい通信

第13号

平成28年10月号

バースプラン始めました



日毎に秋も深まり、木の葉も色づいてきました。皆様いかがお過ごしですか？

8月よりバースプラン用紙の配布が始まりました。バースプランとは、[分娩の企画書](#)のことです。妊婦さん自ら、自分がどんな分娩を望んでいるか、考えをまとめていくことで、分娩や育児に対し、積極的に取り組むことができ、前向きな気持ちにつながると言われています。当院では妊娠20週の妊婦健診時に用紙を配布し、バースプランについて説明します。記入したバースプランは34週の健診時に持参していただき、妊婦さんと一緒に確認していきます。

平成28年8月1日よりバースプランを開始しました！

私たち医師・助産師は、妊婦さんやそのご家族がどのようなお産を望んでいるのか伺い、できるだけご希望に沿ったお手伝いをさせていただきます。

- ・妊娠20週の妊婦健診時にバースプラン用紙をお渡しし説明します。
- ・妊娠34週の妊婦健診時に記入されたバースプラン用紙を持参して頂き、それを基に助産師と面談します。

バースプランとは…どんなお産をしたいか、分娩前後の医療処置、お産後の赤ちゃんとのことなど、自分らしいお産に向けての「出産計画書」です。



バースプランと母乳育児はあまり、関連がないように思えるかもしれませんが、満足度の高い分娩は母親としての意欲を高め、スムーズな分娩進行は疲労を抑えることができます。それにより、産後の育児への移行がスムーズにでき、母乳育児も余裕をもってスタートすることが出来ます。私たち助産師は、医師とともに、妊婦さんや、そのご家族がどんな分娩を望んでいるのか聴かせていただき、医学的・社会的許容範囲の中で、できるだけ希望に沿った支援をして、母乳育児がスムーズにスタートできるように支援していきたいと思っています。

分娩後にはバースレビューを行い、分娩を担当した助産師と一緒に振り返りをし、自信を持って育児に取り組めるように寄り添っていきたいと思っています。

10月18日には「産婦さんにとっていいお産とは」という院内ワークショップを行う予定です。ぜひ、ご参加ください。