



案ずるより産むがやすし

公立学校共済組合
中国中央病院
産婦人科病棟
2021年3月vol.274

少しずつ春の兆しを感じられるようになりました。2020年度は新型コロナウイルス感染拡大により日常生活の変化も大きく、皆さんも様々な場面で不安の多かったことと思います。今後も世の中の状況を見ながら、安全を確保するために日々検討していきます。2021年度、笑顔で触れ合える日々が来ることを願っております。今月は、出産された方のご意見を紹介します。

「前回上の子を出産した時、入院生活で嫌な思いをしていた分、今回の入院で感じたのはすごくスタッフの方が話しやすく優しくてコロナで面会できない中、困った事などないか聴いてくださりおかげで苦痛なく過ごすことができました。食事でも母乳が出やすくなるような健康的な和食ごはん、帰宅しても意識して作れたらと勉強になりました。母子同室も最初は自分の睡眠が確保できるか心配もしていましたが、困ったら看護師さんに助けて頂いて無理せず自分の身体と向き合いながら出来ました。」

喜びの声をありがとうございます。皆さんの喜びがスタッフの励みとなります。食事は和食中心で薄味にしております。現在、全面的に面会禁止及び立ち会い分娩の中止をさせて頂いております。入院中に家族との面会もできずご迷惑をおかけ致しておりますが、ひとえに健康を守るための措置であることを理解し協力くださっていることに感謝しております。医療の安全を守ることが皆さんへの恩返しと信じ最善を尽くしていきます。感染状況に応じてその都度変更するため、戸惑いも多いと思いますが無事出産をし、健康に過ごしていただくためにも今後とも御協力を宜しくお願い致します。

「食事の際のお茶にカフェインが入ってる感じがしたのでノンカフェインのお湯（白湯）があれば嬉しいです。」
カフェインに対して注意をされ、より良い体づくりに心がけておられ素晴らしいことですね。当院で食事の時間に準備しているお茶は、ほうじ茶です。カフェインは少ないお茶のため安心してお飲みください。お産食は夕食にノンカフェインのティーパックを用意しております。ご自身が飲みたい時にお茶を作り飲めるように白湯も設置しています。部屋のパンフレットには案内を記載しておりますが不明な点は遠慮なくお聞きください。

産婦人科病棟では、産後のお母さん方のご意見を活かすためアンケート調査を実施しております。個別性のある看護の提供が行えるように、アドバンス助産師を始めスタッフ一同、丁寧な対応を心がけております。しかし、思わぬことで不快な思いにさせてしまう事もあります。皆さんの貴重な時間を共に過ごさせて頂くことを喜びとし、より良い日常生活に向け今後も支援を行ってまいります。

母親学級のお知らせ

母親学級は「後期」のみ行っています。

3月3日10日24日 4月7日14日28日

場所：2階 講堂AB 完全予約制（定員5名）

＊4月7日14日の開催場所は会議室に変更します。

産婦人科外来に予約ノートを置いております。

（感染状況により変更することがあります）

母親学級に参加できない方

外来相談室や助産師外来を利用してください。

母親学級の内容のポイントをホームページに

載せていますのでご活用ください。

アンガーマネジメント

児童虐待が増加傾向になっております。誰しも虐待をしたいとは思っていませんが、感情に任せて言葉を発したり行動を取ってしまうと後で後悔をする事も多くなると思います。まずは「怒り」感情のコントロールを意識してみましょう。こうあるべき！と思うあまり、そうならない時に感情的に怒ってしまうことがあります。怒りなど感情の高ぶりが起こった時に深呼吸をし6秒待ってみましょう。そうする事で突発的な発言や行動を抑制する効果があります。

担当：近藤