

MY BIRTH PLAN

ID - 氏名 様 予定日 年 月 日

バースプランとは陣痛が始まって、出産に至るまでの間や出産後の過ごし方を自分の好きなように、リラックスして過ごすための出産の計画です。お産になるその日をイメージしてみましょう。

LDR：陣痛・分娩・産後の回復(産後2時間)までを1つの部屋で行う方法です。

※お産の進行状況により一旦お部屋に入っていただき、その後LDRに移動していただきます。分娩の状況により、希望に沿えない場合がございます。

1 陣痛・分娩の時はどなたと一緒に過ごしたいですか。

夫 実母 姉妹 助産師 その他()

夫立会い出産の希望 あり ・ なし

※夫立会いの場合は、母親学級後期受講が必要となります。

2 陣痛中、お部屋・LDRでどのように過ごしたいですか。

出産の進み具合を教えて欲しい 夫や母にそばにいて欲しい

夫に呼吸法やマッサージを教えて欲しい 静かに過ごしたい

好きな音楽を聴いていたい 呼吸法をリードして欲しい

自分の好きなアロマの香りでリラックスしたい

できるだけ自分の好きな体勢で過ごしたい その他



3 赤ちゃんが生まれた時、何をしたいですか。

出産後すぐに赤ちゃんを抱っこしたい

写真をとりたい

出産後すぐにおっぱいをあげたい

胎盤やへその緒をみたい

その他



4 産後はどのように過ごしたいですか。入院中に希望することはありませんか。

個室が良い ※満床の場合は希望に沿えない場合がございます。

できるだけ早く同室したい 母乳 /ミルク/ 混合で育てたい

沐浴の実施をしたい ママ / パパ /その他()

上の子がいるのでできるだけ早く退院したい

その他



5 退院後のサポートはどなたが主にしてくださいますか。

夫 実母 姉妹 義母 サポートなし その他()

6 具体的に何をサポートして頂ける予定ですか。

家事 食事 上の子の世話 育児(生まれた子の)

その他()

7 退院後はどこで、どのように子育てを行う予定ですか。

実家 自宅 その他()



8 退院後の生活について不安に思っていることはありますか。



9 前回のお産で良かったこと、つらかったこと、改善したいことはありますか。



10 現在、医師・助産師に聞きたいことはありますか。



お産にみえるその日を、4階スタッフ一同心よりお待ちしています。 松波総合病院