



助産師健診外来のご紹介

助産師健診外来とは、助産師が行う妊婦健診のことです。

助産師は正常に経過している妊婦さんの診察をすることが出来ます。

助産師健診外来では妊婦さんが安心して、主体的に妊娠・分娩・産褥期を過ごせるように継続的なケアを受けていただくことを目的としています。

★健診日時：**水曜日**の午前・午後、一人 45 分間の**完全予約制**
保健指導、妊婦健診、3D・4D 超音波検査を行います。



★場所：産婦人科外来 診察室

★助産師健診外来受診週数：妊娠**27**週以降で、対象となる方は

- ① 助産師健診外来受診の希望がある方
- ② 医師の許可がある方
- ③ 合併症のある妊婦さんについては、医師との相談のもと決定します。

上記の①～③に当てはまる方に限られますが、ご希望のある方は医師の診察時にお申し出下さい。

★料金：妊婦一般健康診査受診票を利用出来ますが、超音波検査料金（自己負担金 1000 円）を頂きます。
*健診以外に医師の診察や検査、処置を行った場合は、追加料金が発生します。

★内容：妊婦健診、胎児エコー（3D・4D エコー）、保健指導など
*助産師健診外来で行う超音波は、妊婦さんとのコミュニケーションの一つであり、診断をするものではありませんので、ご了承下さい。

★持ってくるもの：**ハッピーマタニティー冊子**
母子手帳、妊婦一般健康診査受診票、診察券

★その他

- ①**予約時間までに来院**→②尿検査→③9 ブロック受付に声をおかけ下さい。
→④体重測定・血圧測定をし、母子手帳に記入→⑤9 ブロック前でお待ち下さい。
- 遅れる場合は早めにご連絡をお願いします。（0883-26-2222（代）産婦人科外来）
- 心配なこと、聞きたいことがあれば前もって考えておいて下さいね。



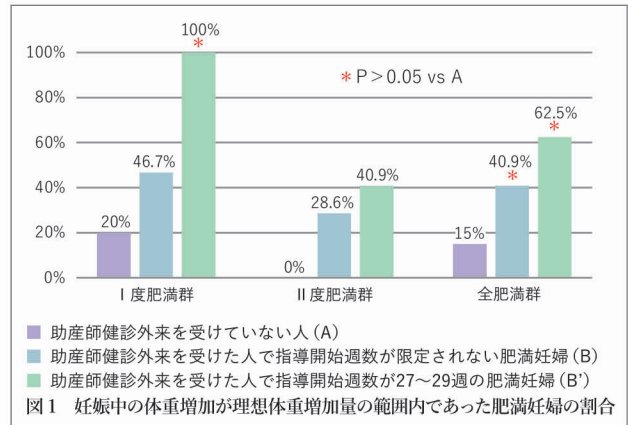
吉野川医療センターの助産師健診外来

吉野川医療センター
助産師 藤本 幸子

2020年7月より、正常な経過をたどる妊婦さんに対し助産師が妊婦健診を行う「助産師健診外来」を開設し、3年以上が経過しました。今回は、当センターの助産師健診外来について紹介したいと思います。

助産師健診外来の特徴

当センターの助産師健診外来は、妊婦さんの個々の質問や相談事にゆっくりとお話ができるように、一人約45分間の時間を設けています。また、潜在的な切迫早産を見逃すことのないように、経膈超音波にて子宮頸管長の測定を行います。さらに、経腹超音波(4D)にてお子さんの顔を立体的に見ていただくことも好評です。推定体重と羊水量の測定も行います。どの診察内容も迅速に評価し、正常を逸脱している場合は産婦人科医師に直ちに報告して情報を共有し、医師の診察を受けることができるシステムとなっています。健診は医師と助産師で交互に行い、安心して受診していただけるように配慮しています。



妊娠中に増える体重を理想の範囲内に

これまでに助産師健診外来にて診察した妊婦さんは、延べ約500例となりました。毎年、助産師健診外来の運営委員会を開催し、実施状況や内容について検討し、改善に努めています。昨年は「肥満妊婦の妊娠中の体重増加が理想体重増加量の範囲である」ことを目標に指導を行い、次の検定結果を得ています。(図1)

①助産師健診外来を受けていない人に比べ、助産師健診外来を受けた人は妊娠中の理想体重増加が適正範囲内の方の割合が高かった。②妊娠27週～29週の早期から助産師健診外来を受診した人は、それより遅い週数に受診した人よりも体重管理の効果がより顕著だった。

助産師健診外来を受診しませんか？

この様に、当センターの助産師健診外来は妊婦さんのニーズに十分応えることができ、かつ、異常を早期に発見できる内容となっています。また、体重管理が難しい肥満の方の妊娠中の体重増加を適正に行うことにも力を入れています。

Midwife (助産師) の語源には「寄り添う女性」という意味もあります。妊婦さんの不安な気持ちに寄り添い、安心して出産に臨んでいただけるよう、助産師健診外来が少しでも力になればと思います。



経腹超音波で見た赤ちゃんの顔

妊娠中の体重増加指導の目安*

妊娠前体格**	BMI	体重増加量指導の目安
低体重	18.5未満	12～15kg
普通体重	18.5以上25.0未満	10～13kg
肥満 (I度)	25.0以上30.0未満	7～10kg
肥満 (II度以上)	30.0以上	個別対応 (上限5kgまでが目安)

* 「増加量を厳格に指導する根拠は必ずしも十分ではないと認識し、個人差を考慮したゆるやかな指導を心がける。」
産婦人科診療ガイドライン編 2020 CQ 010 より

** 体格分類は日本肥満学会の肥満度分類に準じた。
※厚生労働省「妊娠前からはじめる妊産婦のための食生活指針」より

妊娠前のBMIを計算しよう

BMIは肥満の尺度として使われています。一般的に、18.5以上25.0未満が標準とされています。

BMI計算式

$$BMI = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$

助産師健診外来の概要



詳しくはこちら
をチェック！

