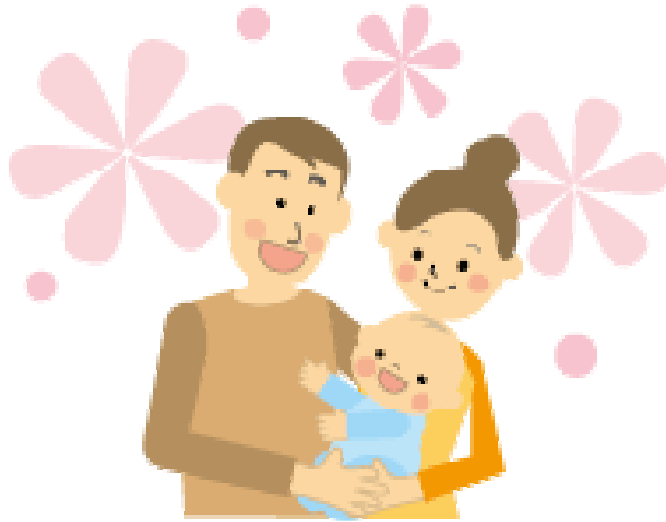


임신·육아 관련 알아두고 싶은 포인트와 저체중아 신고에  
대해서



임신 중이나 산후 특별히 자녀분이 태어나서 얼마 지나지 않은 시기에는 대수롭지 않은 일도 걱정하게 됩니다. 거주하시는 시 구 읍 면 보건 센터 에서는 육아상담이나 가정방문을 하고 있습니다. 마음에 걸리는 일이 있으시면 언제라도 부담 없이 문의하여 주시기 바랍니다.

## 건강한 임신과 출산을 위하여

### \*임산부 건강검사를 받으시다\*

임신 중은 임신 경과에 따라 마음과 몸도 변화합니다. 의사, 조산사 등 전문가의 어드바이스를 받아 출산을 준비하도록 합니다.

《임신 건강검사에 대해서는 아래 주소에서도 안내하여 드립니다.》

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken10/index.html>

《임신 마크는 아래 주소에서 다운로드 받을 수 있습니다》

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0301-1.html>

### \*1 일 3 식 균형 잡힌 식사가 중요합니다\*

《『식사 밸런스 가이드』는 아래 주소에서 안내하여 드립니다.》

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou-syokuji.html>

### \*담배와 술로부터 아기를 보호합시다\*

임신·수유 중의 흡연, 간접흡연, 음주는 태아와 유아의 발육, 모유분비에 영향을 줍니다. 금연, 금주에 노력하고 주위에도 협력을 구하도록 합시다.

## 여성의 건강 무엇이든 상담

임신·출산·육아·여성의 건강 등 마음이나 몸의 고민에 관한 상담창구입니다.

**전용 전화 : 090-1412-1138**

상담 시간 : 오후 1시 30분 ~ 오후 4시 30분  
월요일부터 토요일 (국경일, 추석, 연말연시 제외)  
(공익 사단법인 아이치현 조산사회)

## 선천성대사이상 등의 조기 발견을 위해서

### \*선천성대사이상 등의 검사에 대해서\*

선천성대사이상 등은 선천적으로 몸 안에 있는 효소의 활동이 나쁘기 때문에 방치하면 심신에 장애를 일으키는 병입니다.

빠른 시기의 치료는 심신장애를 예방하는 것이 가능하기 때문에 반드시 검사를 받도록 합시다.

### \*검사 방법\*

출생한 시점에서 신청하여 생후 5일부터 7일의 아기의 발바닥 (발 뒤꿈치)을 침으로 아주 적은 혈액을 뽑아서 검사합니다.

### \*검사하는 선천성대사이상 등의 종류\*

- 페닐케톤뇨증
- 단풍 당뇨병
- 갈락토스혈증
- 호모시스틴요증
- 선천성 갑상선 기능 저하증
- 선천성 부신과형성증

### \*친정에서 출산하실 경우의 검사 비용에 대해서\*

출산 예정의 의료기관 또는 귀성지의 자치단체 (도도부현, 정령지정 도시)에 문의해 주십시오.

육아 여보세요 캠프

#### ★시간 외 전화 상담★

~엄마와 아기의 건강에 관한 상담창구입니다~

**전용 전화 : 0 5 6 2 - 4 3 - 0 5 5 5**

상담 시간 : 오후 5시 ~ 오후 9시  
수요일부터 토요일 (국경일 연말연시 제외)  
(아이치 소아보건의료종합 센터)

## 담도폐쇄증 등 신생아 간질환의 조기 발견을위하여

### \*담도폐쇄증에 대해서

담도폐쇄증은 간장에서 만들어진 담즙이 흐르는 길이 막혀서 담즙이 흘러가지 않는 병입니다. 방치하면 간경변이 심각하게 되어 아기의 목숨에 위험이 있을 수 있습니다. 조기 발견하여 치료를 받는 것이 중요합니다.

산후 4 개월 정도까지 모자보건수첩의 변색 카드로 아기의 변 색깔을 확인합니다.

그리고 아래의 체크 리스트에 기재되어있는 증상이 하나라도 해당되면 변을 사진으로 찍어서 하루라도 빨리 소아과 의사, 소아외과 의사 등에게 진찰을 받으시기 바랍니다.

#### <체크 리스트>

#### 《육아에 도움이 되는 종합 정보 사이트》

##### ☆ 아이·고도모넷

육아 지원에 관한 다양한 정보를 검색할 수 있습니다.

<http://www.ai-kodomo.net/aichi-kodomo/>

##### ☆ 아기&육아 인포

(재) 모자 위생 연구가 임신·출산·육아의 정보를 제공하여 드립니다.

<https://www.mcfh.or.jp/>

①변의 색깔이 모자 건강수첩의 변색 카드 1 번부터 3 번의 색과 같다.  
또는 점점 연한 색으로 된다.

②오줌의 색이 짙다.

기저귀에 노란색이나 갈색이 묻어있다.

③눈의 흰 동자나 피부가 노랗다

## 아기를 사고에서 보호합시다.

### \*아기가 태어나기 전부터 안전 점검을!\*

아기가 자는 곳이나 그 주위 등을 점검하고 안전을 확인해 둡시다.

#### ☆이것이 위험!

질식·오음 : 방치된 담배, 의약품

화상 : 스토브, 포트, 다리미

넘어짐·추락 : 테이블이나 침대, 계단, 유모차, 목욕탕

### \*자동차의 경우에는 반드시 안전시트를 착용!\*

## 유아 흔들림 증후군을 예방합시다.

아기가 계속 울음이 그치지 않을 때에는 육아가 너무 힘들더라도 절대 아기를 흔들지 말아 주십시오. 중대한 뇌손상을 일으킬 위험이 있습니다. 아기는 언젠가 반드시 울음을 그칩니다.

## SIDS 로부터 아기를 보호하기 위하여

### \*SIDS (영아돌연사증후군) 란?\*

지금까지 건강했던 아기가 사고나 질식이 아닌 자고 있는 사이에 돌연 사망하는 병입니다.

### \*SIDS 예방을 위한 세 가지 포인트\*

① 엎드려 자는 것은 피합시다 ②가능한 모유 수유를 합니다. ③금연하도록 합니다.

《육아에 도움이 되는 종합정보사이트》

#### ☆ 유아의 사고 방지 정보

유아에게 일어나기 쉬운 사고나 응급처리 등을 게재하고 있습니다.

<http://www.pref.aichi.jp/0000011026.html>

☆ 어린이를 사고에서 지키자! 프로젝트 휴대폰 사이트, 컴퓨터 홈페이지, 메일 전송 서비스에 의해 사고예방을 위한 정보 발신을 하고 있습니다.

<http://www.caa.go.jp/kodomo/index.php>

## 2, 500g 미만 아기가 태어나면

바로 거주 중이신 시 구 읍 면으로 신고해 주십시오.

걱정되는 사항은 보건사에게 문의하여 주시기 바랍니다.

(이 신고서는 모자보건법의 신고서로서 의무로 정해져 있습니다.)

### 《신고서의 방법》

- 별지의 저체중아 신고서에 기입하고 봉투에 넣어 시 구 읍 면으로 우송한다.
- 시 구 읍 면으로 전화 또는 직접 창구에 신고한다.