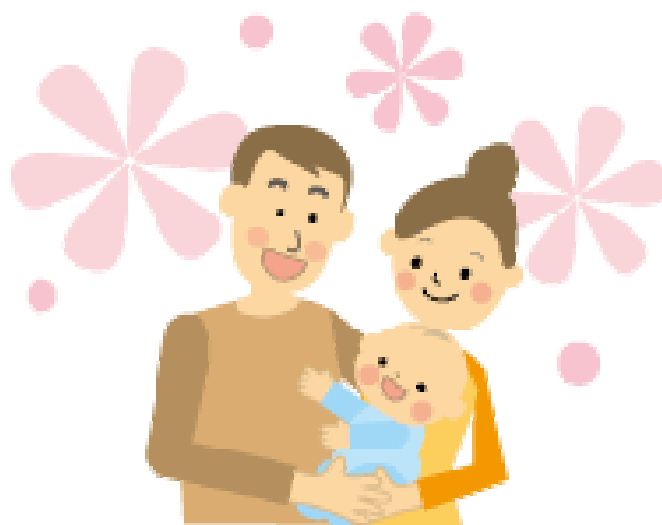


妊娠・育児の知っておきたいポイントと低出生体重児の届け出について



妊娠中や産後、特にお子さんが生まれて間もない時期は、ちょっとしたことでも心配になりますね。お住まいの市町村保健センターでは、育児相談や家庭訪問を行っています。気になることがあれば、いつでもお気軽にご連絡ください。

すこやかな妊娠と出産のために

* 妊婦健康診査を受けましょう *

妊娠中は、妊娠の経過に伴って、心とからだも変化します。医師、助産師等の専門家アドバイスを受けて、出産に臨みましょう。

《妊婦健康診査については、下記アドレスでもご案内しています。》

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

《マタニティマークは、下記アドレスからダウンロードできます。》

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

* 1日3食、バランスの良い食事が大切です *

《『食事バランスガイド』は下記アドレスでご案内しています。》

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

* たばことお酒の害から赤ちゃんを守りましょう *

妊娠・授乳中の喫煙、受動喫煙、飲酒は、胎児や乳児の発育、母乳分泌に影響を与えます。禁煙、禁酒に努め、周囲にも協力を求めましょう。

女性の健康なんでも相談

妊娠・出産・育児・女性の健康など、心やからだの悩みに関する相談窓口です。

専用電話：090-1412-1138

相談時間：午後1時30分～午後4時30分
月曜日から土曜日（祝日、お盆、年末年始を除く）
（公益社団法人 愛知県助産師会）

先天性代謝異常等の早期発見のために

先天性代謝異常等の検査について

先天性代謝異常等は、生まれつき体の中にある酵素の働きが悪いため、放置すると、心身の障害を起こす病気です。

早期に治療を行うことにより、心身障害を予防することが可能ですので、必ず検査を受けましょう。

検査方法

出生した施設で申し込み、生後5日から7日の赤ちゃんの足のうら（かかと）から針でついた程度のごくわずかな血液を採り、検査します。

検査する先天性代謝異常等の種類

- フェニールケトン尿症
- 楓糖尿症（メープルシロップ尿症）
- ガラクトース血症
- ホモシスチン尿症
- 先天性甲状腺機能低下症（クレチン症）
- 先天性副腎過形成症

里帰り出産される場合の検査料について

出産予定の医療機関又は里帰り先の自治体（都道府県、政令指定都市）にお問い合わせください。

育児もしもしキャッチ

★時間外電話そうだん★

～母と子の健康に関するそうだん窓口です～

専用でんわ：0562-43-0555

そうだん時間：午後5時～午後9時
水曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）
（あいち小児保健医療総合センター）

胆道閉鎖症など新生児肝疾患の早期発見のために

*胆道閉鎖症について

胆道閉鎖症は、肝臓で作られた胆汁の通り道がふさがれ、胆汁が流れなくなる病気です。放置しておくとう硬変が進行して赤ちゃんの命に関わります。

早く発見し、早く治療を受けることが大切です。

生後から4か月くらいまで、母子健康手帳の便色カードで赤ちゃんのうんちの色を確認しましょう。

また、下記のチェックリストのような症状がひとつでも見られたら、うんちの写真を撮って、一日も早く、小児科医、小児外科医等の診察を受けてください。

<チェックリスト>

- ①うんちの色が母子健康手帳の便色カードの1番から3番の色である。
または、徐々に薄くなった。
- ②おしっこの色が濃い
おむつに黄色や、茶色、褐色の色がつく
- ③白目や肌が黄色い

《子育てに役立つ総合情報サイト》

☆ あい・こどもネット

子育て支援に関する様々な情報を検索できます。

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

☆ 赤ちゃん&子育てインフォ

(財)母子衛生研究が妊娠・出産・子育ての情報を提供しています。

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

赤ちゃんを事故から守りましょう

赤ちゃんが生まれる前から安全点検を！

赤ちゃんが寝る場所やその周囲などを点検して、安全を確認しておきましょう。

☆これが危険！

窒息・誤飲：放置されたたばこ、医薬品

やけど：ストーブ、ポット、アイロン

転倒・転落：テーブルやベッド、階段、ベビーカー、風呂場

車の場合は、必ずチャイルドシートの着用を！

乳幼児揺さぶられ症候群を予防しましょう

赤ちゃんがいつまでも泣きやまない時、子育てはとてつらいですが、決して赤ちゃんを揺さぶらないでください。重大な脳損傷を起こす危険があります。赤ちゃんはいつか必ず泣き止みます。

SIDS から赤ちゃんを守るために

SIDS(シズー乳幼児突然死症候群)とは？

それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく、眠っている間に突然死亡してしまう病気です。

SIDS を起こりにくくする3つのポイント！

①うつぶせ寝は避けましょう ②できるだけ母乳で育てましょう ③たばこはやめましょう

《子育てに役立つ総合情報サイト》

☆ 乳幼児の事故防止情報

乳幼児に起こりやすい事故や応急手当などを掲載しています。

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

☆ 子どもを事故から守る！プロジェクト

携帯サイト、パソコン用ホームページ、メール配信サービスによる事故予防のための情報発信を行っています。

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

2, 500 g 未満の赤ちゃんが生まれたら

すぐに、お住いの市町村へ届け出てください。

ご心配な点は保健師にお尋ねください。

(この届出は、母子保健法で届出の義務として定められています。)

《届出の方法》

○別紙の低体重児届出書に記入し、封書で市町村へ郵送する。

○市町村へ電話又は直接、窓口へ届け出る。