



びょういん れんらく

病院に連絡をするとき

びょういん れんらく

病院に連絡をしたほうがよいとき

1. お腹がひんぱんにはる、
ずっとお腹が痛い、
ずっとお腹がかたい
2. 出血がある
3. 赤ちゃんの動きを感じない
4. 破水した感じ（水が出た感じ）がする
5. 何かいつもと違う感じ

希望与医院取得联系时

出现下列症状时最好与医院联系

1. 腹部频繁地发胀、收缩，
腹部持续疼痛，
腹部持续紧张、发硬。
2. 有出血现象
3. 感觉不到胎动
4. 好像有破水（羊水流出现）的感觉
5. 感觉与平常有所不同

せいじょう しゅっさん にんしん しゅう から しゅう あいだ
正常な出産は妊娠37週から42週までの間

あか う よていび
に赤ちゃんが生まれることをいいます。予定日はあくまで

めやす にゅういん にんしんちゅう
目安です。いつでも入院ができるように、妊娠中に

ひつよう じゅんび
必要なものはまとめて準備しておくといよいでしょう。

在怀孕满37周到42周之间分娩都属于正常生产。预产期只不过是一个大约的估计。在妊娠期间最好把必要的东西提前准备好，以备随时都可以住院。

なか
お腹がひんぱんにはります
(腹部频繁地发胀、收缩,)



ひつよう おも いちれい
<<必要と思われるものの一例>>

しゅっさん じ じぶん ひつよう じさん
出産時に自分が必要なものを持参してください。

ほしてちょう しんさつけん いるい
母子手帳 診察券 パジャマなどの衣類

タオル したぎ スリッパ せんめんようぐ
タオル 下着 スリッパ 洗面用具

リップクリーム

ジュースなどの水分補給のできるもの CDなど

じぶん ひつよう
自分がリラックスするために必要なもの など

<<住院时需要的携带物品一例>>

住院时请随身携带下列必需品

《母子保健手册》 診察卡 睡衣等衣物

毛巾 内衣 拖鞋 洗漱用品

唇膏

补充水分的饮料等 CD盘或磁带等可以使
自己心情放松的娱乐品等等

びょういん じゅんび こと
* 病院によって準備するものが異なるので、かならず

かくにん たいいん あか
確認してください。退院するときは、赤ちゃんのもの

ひつよう あか じさん
が必要になるので、赤ちゃんのものも持参しておいてく
ださい。

い か じょうたい さん
以下の状態になったらお産のはじまりかもしれないので、

びょういん れんらく
病院に連絡してください。

じんつう きそくてき
陣痛：規則的におなかがはる。

じかん かいじょう なか
1時間に6回以上のお腹のはりがある。

おなかのはりと一緒に痛みもある。

はすい なま みず て にょう ちが
破水：生ぬるい水のようなものが出る。尿とは違って

じぶん はすい りょう
自分ではとめられない。破水は、たくさんの量

がでることもあるし、すごく少ない量のときも

ある。また破水は陣痛とは関係なくおこること

もある。清潔なナプキンをあてて、入浴はし

ないですぐ連絡して下さい。

しゅっけつ せいり しゅっけつ
出血：生理のようにさらさらした出血があった

せいけつ れんらく
ら清潔なナプキンをあてて、すぐ連絡し

て下さい。

* 医院不同，需要准备的携带物品也会有所不同，请务必确认好。出院时会需要用到婴儿的物品，所以也请带上婴儿需用的衣物等。

出现下列症状时，很可能是接近临产了，请迅速与医院联系。

阵痛：阵痛是指有规律的腹部收缩。

一小时之内有六次以上。

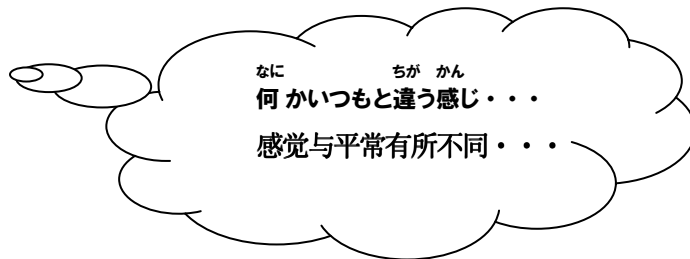
腹部收缩的时候会伴随着疼痛。

羊水破裂：好像有温水从阴部流出的感觉。与小便不同的是自己不能控制。破水时，有时会有大量的羊水流出现，有时也可能只流出少量的羊水。另外没有感到阵痛时也可能出现破水现象。一旦发生破水，请及早垫上干净的月经用卫生巾并迅速与医院联系。请记住，切勿洗澡。

出血：如果出现像月经一样带血的粘液性分泌物时，请迅速垫上清洁的卫生巾并马上与医院联系。

どんな場合でも、まよったらまずは病院に連絡してください。また、状況がよく説明できないが、おなかのあたりや赤ちゃんの動きなどがいつもと違う感じがしたときも連絡したほうがよいでしょう。

不论出现什么情况，如果不知如何是好，请首先和医院联系。另外，即使是身体状况难以说清楚，但是感觉到腹部的收缩以及婴儿的胎动与平时有所不同时，还是及早与医院联系为好。



病院に連絡する時は次のことを伝えましょう。

与医院联系时，请说明下列事项。

妊娠中に準備として、書いておくとよいでしょう。

在怀孕期间，最好把以下内容提前作个记录。

名前:

姓名: _____

ID番号:

诊察卡号码: _____

出産予定日: 年 月 日

预产期: _____ 年 _____ 月 _____ 日

出産回数: 初めて または ()回目

分娩次数: 第一次 还是 第()次

病院名:

医院名称: _____

病院の電話番号:

医院的电话号码: _____

必要であれば、タクシーの電話番号も事前に書いておくといざというときに便利です。

必要的话，不妨提前记下附近出租汽车公司的电话号码以留备用。有急事时会比较方便。

タクシーの電話番号

出租汽车电话号码: _____