



びょういん れんらく
病院に連絡をするとき

Kontaktaufnahme mit dem
Krankenhaus

びょういん れんらく
病院に連絡をしたほうがよいとき

Wann sollte man sich melden?

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

1. Der Bauch spannt haeufig an
Der Bauch schmerzt dauernd
Der Bauch ist dauerhaft hart
2. Blutungen
3. Sie spueren nicht die Bewegung des
Babys
4. Blasensprung
5. Sie fuehlen sich nicht wie "immer"

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。

Eine normale Geburt ist in der 37.-42.

Schwangerschaftswoche. Der Termin ist durchaus
nur ein Massstab. Bereiten Sie sich immer vor,
damit Sie jeder Zeit in die Klinik eingeliefert werden
koennen.

なか
お腹がひんぱんにはります
(Mein Bauch spannt sich
haeufig an.)



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
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

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：規則的におなかのはる。

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。

<<Beispiele was Sie benoetigen koennten>>

Nehmen Sie alles mit was sie bei der Geburt
gebrauchen koennten.

Mutter-Kind-Gesundheitspass,
Untersuchungsschein, Schlafanzug und
andere Klamotten, Handtuecher,
Unterwaesche, Hausschuhe, Gesichtwaesche
usw., Lippencreme

Saft oder andere Wasserversorgung, CDs,
andere Entspannungsmaterialien

* Fragen Sie Ihre Klinik nach, was Sie mitbringen
muessen, da es in jedem Krankenhaus
unterschiedlich sein koennte. Wenn Sie die Klinik
entlassen, benoetigen Sie ausserdem noch Sachen
fuer das Baby, also nehmen Sie diese auch mit ins
Krankenhaus.

Die folgenden Zustaende weisen moeglicherweise
auf die Entbindungsanfang hin. Informieren Sie
ihre Klinik.

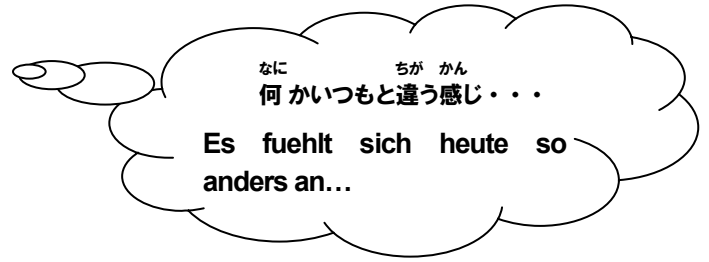
Geburtswehen： Der Bauch spannt sich
regelmassig an. Der Bauch spannt sich
mehr als 6Mal in einer Stunde an. Zusammen
mit der Anspannung fuehlen Sie Scherz.

Blasensprung： Lauwarmes Wasser artige

Fluessigkeit fliesst heraus. Im Gegensatz zu
Urin koennen Sie diese Fluessigkeit nicht
kontrollieren. Die Menge ist unterschiedlich.
Ausserdem kann Blasensprung unabhaengig
von Geburtswehen entstehen. Legen Sie eine
saubere Binde an und informieren Sie die
Klinik darueber. Baden sollten Sie
verhindern.

Blutung： Wenn Sie Blutungen wie die Periode
bekommen (fliessendes Blut), legen Sie
eine saubere Binde an und melden Sie sich
bei der Klinik.

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
は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。



病院に連絡する時は次のことを伝えましょう。

妊娠中に準備として、書いておくとよいでしょう。

名前: _____

ID番号: _____

出産予定日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

出産回数: 初めて または (_____) 回目

病院名: _____

病院の電話番号: _____

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。

タクシーの電話番号: _____

In jeder Situation, wenn Sie nicht mehr weiter kommen melden Sie sich zunaechst bei Ihrer Klinik. Auch wenn Sie die Situation nicht gut beschreiben koennen und Sie fuehlen das etwas nicht stimmt, informieren Sie ihr Krankenhaus darueber.

Wenn Sie sich bei Ihrer Klinik melden, teilen Sie die folgenden Informationen mit. Schreiben Sie diese waehrend Ihrer Schwangerschaft auf.

Name: _____

Kartenummer: _____

Geburtstermin: _____ Jahr _____ Monat

Tag _____

Entbindungshaeufigkeit: Zum Ersten Mal
oder Zum (_____) Mal

Name der Klinik: _____

Telefonnummer der Klinik: _____

Aufschreiben von Taxi-Telefonnummern koennte nuetzlich sein.

Taxi -Telefonnummer: _____