



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

せいじょう しゅっさん にんしん しゅう 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でしょう。

なか  
お腹がひんぱんにはります  
(Tôi cảm thấy bụng  
chướng căng liên tục)

## KHI NÀO BẠN CẦN LIÊN LẠC GẤP VỚI BỆNH VIỆN

Bạn cần liên lạc ngay với bệnh viện khi có bất kỳ một  
trong những triệu chứng sau đây

1. Bụng chướng căng thường xuyên:

đau bụng liên tục hoặc

bụng chướng căng liên tục

2. Ra máu âm đạo

3. Giảm cử động của thai nhi

4. Chảy dịch từ âm đạo( có cảm giác như vỡ ối)

5. Có cảm giác bất thường

Thai nhi phát triển bình thường sẽ ra đời vào  
khoảng 37~42 tuần tuổi. Có thể sinh sớm hoặc muộn  
vài ngày so với ngày sinh dự kiến. Bởi vậy bạn cần  
chuẩn vật dụng cần thiết để có thể nhập viện bất cứ  
khi nào.



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 はずい たくさん  
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。

<Bản liệt kê các vật dụng cần thiết khi nhập viện>

Bạn cần chuẩn bị các vật dụng như sau

《Sổ tay sức khỏe mẹ con》 thẻ khám chữa bệnh

quần áo ngủ khăn bông dép lê

bộ đồ vệ sinh răng mặt mỹ phẩm cần thiết

đồ uống một vài thứ để giải trí như sách, CD

\* Trên đây chỉ là một vài ví dụ. Bạn nên tham khảo ý kiến của y tá hay nữ hộ sinh bệnh viện về những thứ bạn cần mang theo để sử dụng trong bệnh viện. Ngoài ra bạn cũng còn phải chuẩn bị đồ dung cho trẻ ngay sau khi ra viện.

Bạn cần liên lạc ngay với bệnh viện khi có các dấu hiệu sau. Đây có thể là những dấu hiệu sớm của quá trình chuyển dạ.

**Cơn đau do co thắt:** Bạn có những cơn co thắt khoảng 10phút/ lần hoặc 6 lần/giờ. Những cơn co thắt này kèm theo đau bụng

**Vỡ ối hoặc rỉ màng ối:**

Một dịch ấm chảy ra từ âm hộ của bạn. Dịch này khác với nước tiểu vì bạn không thể kiểm soát được nó. Lượng dịch chảy ra có khi nhiều, nhưng cũng có khi chỉ chảy ra từng ít một. Mặt khác cũng có trường hợp vỡ ối khi chưa có dấu hiệu đau bụng do co thắt chuyển dạ.

Khi có hiện tượng chảy dịch ối, không ngâm người trong bồn tắm, hãy lót băng vệ sinh sạch và liên hệ ngay với bệnh viện của bạn.

**Ra máu âm đạo:**

Đôi khi bạn có thể có dịch nhầy từ âm đạo, nhưng trong trường hợp bạn bị ra máu âm đạo như khi hành kinh, hãy lót băng vệ sinh sạch và liên hệ với bệnh viện gấp.

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。



何かいつもと違う感じ・・・  
 Có điều gì đó khác với bình thường・・・

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 \_\_\_\_\_

Bất cứ trường hợp nào khi có vấn đề gì không rõ cách xử trí, xin bạn đừng do dự, hãy gọi điện ngay đến bệnh viện. Ngoài ra bạn cũng nên liên lạc ngay khi cảm thấy cơ thể có dấu hiệu lạ như chuyển động của thai nhi hay độ căng chướng của bụng...có gì khác với bình thường.

Khi gọi điện đến bệnh viện bạn cần nói rõ các thông tin sau (bạn nên ghi ra sẵn và để ở nơi dễ tìm để có thể dùng ngay khi cần)

Họ và tên: \_\_\_\_\_

Mã số thẻ khám bệnh: \_\_\_\_\_

Ngày sinh dự kiến: năm /tháng /ngày

Đây là lần sinh thứ: Lần đầu hoặc lần thứ ( )

Tên bệnh viện: \_\_\_\_\_

Số điện thoại của bệnh viện: \_\_\_\_\_

Bạn cũng có thể nên tìm hiểu sẵn số điện thoại của hãng Taxi để có thể gọi ngay khi cần.

Số điện thoại gọi Taxi \_\_\_\_\_