1. 妊娠経過と日常生活のポイント①～③

<table>
<tr><td>妊娠４週～７週（妊娠２ヶ月）</td><td>妊娠８週～１１週（妊娠３ヶ月）</td><td>妊娠１２週～15 週（妊娠４ヶ月）
妊婦健診４週間に１回</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td><td>

妊娠１１週頃から手足が伸びて
３頭身位になる</td></tr>
<tr><td colspan="2">〈母体の変化〉
・月経が停止する
・基礎体温は高温層が続く
・つわりがはじまる
・乳房が張る感じがする
・おりものが増加する
・排尿の回数が多くなる
・便秘気味になりやすい
・お腹が張る感じがする
・左右の下腹がつる感じ</td><td>〈母体の変化〉
・胎盤が完成する
・つわりが次第におさまる
・食欲がでてくる
・下腹部が目立つ
・乳輪の色がすこし濃くなる</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td>〈検査〉
妊娠８週頃
・ＨＢ　・ＨＣＶ　・ＨＩＶ
・梅毒　・血液型　・血糖
・風疹抗体　・貧血検査
・ＨＴＬＶ　・不規則抗体
・トキソプラズマ
△子宮頸がん検診
△クラミジア検査
△細菌性膣症
△の検査は内診台にて行います</td><td></td></tr>
</table>

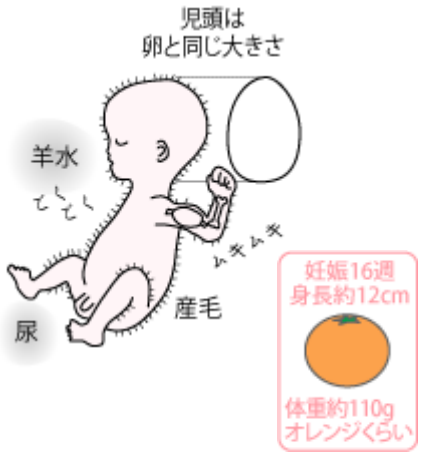
～妊婦健康診査受診票～

母子健康手帳交付の際に一緒に発行されます。

市町村によっては受診票がなく、領収書で還付される場合もあります。

妊婦健診で予定されている内容（採血・尿検査・超音波検査）の助成をうけられますが、すべての検査が助成対象とならない場合もあります。里帰りなどの場合は各市町村窓口に確認ください。

1. 妊娠経過と日常生活のポイント①～③

妊娠１６週～１９週 （妊娠５ヶ月）	妊娠２０週～２３週 （妊娠６ヶ月）	妊娠２４週～２７週（妊娠７ヶ月） 妊婦健診２週間に１回
	 皮膚はクリーム状の 胎脂でおおわれている 排泄機能が発達し、羊水を 飲んで、おしっこを出す	 まぶたが上下にわかれ、目鼻立ちが はっきりしてくる この時期の約１／３は逆子
〈母体の変化〉 ・胎盤が完成する ・１９週くらいから胎動を 感じはじめる	**〈母体の変化〉** ・下腹部の膨らみが目立ち はじめる ・乳汁がでることもある ・陰部や乳輪の色が濃くなる	**〈母体の変化〉** ・腰や背中に痛みを感じる ことがある ・こむらがえりをおこしやすい ・腹部が前にせりだし、姿勢が そりぎみになる
		〈検査〉 妊娠２４週頃 ・貧血検査 ・血糖負荷試験（５０ｇＧＣＴ）

・お医者さんが作った妊娠中の知恵袋「女性の健康推進室ヘルスケアラボ」（Health Care Lab）
http://w-health.jp/　スマホ・パソコンからカンタン検索

1. 妊娠経過と日常生活のポイント①～③

妊娠２８週～３１週（妊娠８ヶ月）	妊娠３２週～３５週（妊娠９ヶ月）	妊娠３６週～３９週（妊娠 10 ヶ月） 妊婦健診１週間に１回
 骨格がほぼ完成する 筋肉や聴覚が発達し、神経の動きも活発になる	 内臓が完成し、皮膚に張りがでる 頭が骨盤内に降り、動きがにぶくなる	 外形上の発育は終了 予定日より早く生まれても育つ
〈母体の変化〉 ・むくみや痔、静脈瘤などがおきることがある ・子宮の収縮で、腹部に硬さや張りを感じることもある	**〈母体の変化〉** ・胃が子宮に圧迫され、胃のつかえや動悸を感じる ・胎児の位置がほぼ決まる ・おりものがさらに増える	**〈母体の変化〉** ・胃や胸の圧迫がやわらぐ ・胎児の動きが鈍くなることもある
	〈検査〉 妊娠３４週頃 ・胎児心拍モニタリング（ノンストレステスト） ※当院で初期検査を受けていない方や里帰りで当院へ移ってきた方は血液型も採血します（自費）。また、当院での分娩の際に不足している検査がある場合は追加で採血をおこないます（自費）。	**〈検査〉** 妊娠３６週頃 ・子宮頸管培養検査 ・貧血検査 妊娠３７週以降～毎週 ・胎児心拍モニタリング **〈その他〉** ・直接支払制度の説明（出産の入院費を、加入している保険組合に請求するための同意書の説明）

✿胎動が少ないと感じたら・・・？

胎動は 20 週ごろから感じると言われています。（個人差があります）

お産が近くなっても胎動が無くなったり少なくなることはありません！

今まで胎動を感じていたのに胎動が急に弱くなった場合、

胎動が少なくなったと感じる時は病院に連絡してください