



出産 3 日目から出産 5 日目まで

		出産後 3 日目	出産後 4 日目	出産後 5 日目
こうなるといいですね		赤ちゃんのお風呂の入れ方がわかりました。	お産の時の様子を話せました。	退院後の生活がイメージできました。 午前中に退院です。
医師の診察検査・薬		血圧測定 体温測定 採血があります。	血圧測定体温 測定体重測定 退院診察（午前中） 子宮の状態をみるため内診を行い、傷を縫った方は抜糸します。	
お母さん	身体の変化	おっぱいが熱くなったり、少しずつ出てきます。 (個人差があります)	お産でできた傷はほぼ治りますが、違和感があります。	
	おっぱいや 育児について過ごし方	沐浴の練習をしましょう。 (沐浴指導日：月・木曜日) 集団指導です。	退院指導 (退院指導日：火・金曜日) 集団指導です。 (退院後の生活についてお話しします) お産の時の振り返りを一緒に行います。	月曜、または木曜日に栄養士からミルクの作り方等のお話があります。
	食事			入院中にお祝い膳が出ます。
赤ちゃん	身体の変化	肌や白目の部分が黄色くなります（生理的黄疸と言います）	おへそがぐらぐらして取れることもあります。	
	診察・検査	生後 3 日目以降に小児科医師の診察があります。	希望者には生後 3 日目以降に聴力検査を行います。 先天性代謝異常の採血検査と黄疸の検査をします。	ビタミンKのシロップを飲みます。