

バース プラン

お産は一生に数回の貴重な体験なので、できるだけ自分の希望に合ったものにしたいですね。そこで、バースプランを考えてみませんか？

バースプランとは、出産の計画書のことです。

“こんな出産がしたいな♪” “こういうことをサポートしてほしい！” など率直な想いを書き出してみましょう。私たちもその想いを知った上でお産にかかわりたいと思います。

いざ出産という時には、なかなか希望を伝える余裕もなくなってしまうこともありますので、それが可能か？それを達成するためにどのようなことをしたらよいか一緒に考えましょう！（第一に優先するのは母児の安全なので、希望通りにいかないことも残念ながらあります。）

★お産に向けて…

*お産に関してどのようなイメージをお持ちですか？

*お産に向けて心がけていることや、準備したいと思っていることはありますか？

*スタッフ・付き添ってくれるご家族へ伝えておきたいことはありますか？

*母乳や育児に向けてイメージしていることはありますか？ご自由にお書きください。

*その他気になることはありますか？

*ママから産まれてくる赤ちゃんへのメッセージ

出産後すぐの肌と肌との触れ合い

*（早期母子接触）を希望しますか？（はい・いいえ）

早期母子接触については次ページへ。

★家族から

*ママへのメッセージ

*赤ちゃんへのメッセージ

7 西病棟スタッフ一同