



安心して子どもを産み、育てやすい支援体制

「医師、助産師・保健師が「つながり」「支える」」

市では、安心して妊娠から出産、子育てができるように、保健師や助産師の継続した相談や医療機関の産科医や小児科医、助産師などと連携して、妊婦の皆さんに必要な支援を切れ目なくサポートできる体制をつくっています。この取り組みが、国立成育医療研究センターにより産後の母親の心の健康状態に良い影響を示していることが科学的に証明されました。

今回は、市の母子保健事業と国立成育医療研究センターの研究報告を紹介いたします。
問合せ 健康づくり課(☎026-248-9018)

妊娠したら

母子健康手帳交付時に保健師が全員の妊婦さんと面接

妊婦さんの体調やメンタルヘルスの状況、出産後の育児に関する心配事や家族の協力状況などをお聞きしています。

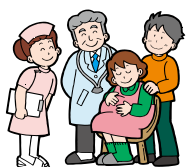
相談内容によって支援が必要な場合は、保健師、助産師が訪問や電話による相談を行っています。また、ご本人の同意を得て、受診している病院の助産師さんとも連絡を取り合う場合もあります。

妊婦健康診査

14回の健康診査や検査費用の助成があります。健康診査は、お母さんやお腹の赤ちゃんの健康状態を確認するものです。分からない事や不安な事は産科医や助産師などへ相談しましょう。

マタニティセミナー

妊娠中から授乳中の食事、歯の健康、母乳育児の悩み相談、赤ちゃんのお世話体験などを行います。また妊婦さん同士で交流もできます。ご夫婦で参加される方もいます。



精神的に不安になりやすい出産後は

産後ケア事業

出産後にも安心して子育てができるように、医療機関や助産所などでお母さんの体調に合わせた母乳指導や育児指導を受けられます。宿泊ケアと日帰りケアがあります。利用できる施設や費用は、下記QRコードからアクセスできます。



産婦健康診査

産後うつへの早期発見などのため、お母さんの体の回復やメンタルヘルスの状態、授乳状況などを把握するための健診で、産後2週間、産後1カ月の2回の費用を助成しています。



妊娠・子育てなんでも相談
「おひさま」

専用電話 026-213-6400
とき 月～金曜日午前8時30分～午後5時15分(12月29日～1月3日、祝日を除く)

赤ちゃん訪問

市で実施している3カ月健診の前に保健師や助産師が家庭訪問します。赤ちゃんの体重増加や発達、予防接種の計画、お母さんの体調管理や心配事などをお聞きして、相談に応じています。

赤ちゃん訪問で感じたこと



田幸有香利さん
野辺町在住

私は4月10日に第1子を出産しました。出産後1カ月程、寝不足が続きましたが、徐々に生活リズムがつかめてきました。赤ちゃん訪問では、体重測定をするだけかと思いましたが、まだ首が座っていない時の抱っこのコツや背中を丸くなるように抱っこすると赤ちゃんが安心できることを教えてもらいました。早速実践すると、泣き止むこともあり、以前よりも落ち着いて子育てができています。また、地区の担当保健師さんは話しやすく、困ったことがあれば相談したいと思います。

国立成育医療研究センターが発表

世界初！須坂市が信州医療センターの産科医や小児科医、助産師などと連携して実施している「妊娠期から切れ目ない支援」が産後の母親のメンタルヘルスの向上につながっていることの有効性を科学的に実証されました。

【研究の背景】

産後うつ病は、出産した十数パーセントのお母さんに発症するといわれています。お母さんの精神状態が悪いとお子さんにも影響するため、多職種でサポートできる母子保健システムの確立が望まれます。

【研究内容】

妊娠届出に※「エンジンバラ産後うつ質問票」を行った場合(介入群)と質問票の活用を行わなかった場合(対照群)の産後4カ月の産婦さんのメンタルヘルスの変化や母子保健サービスの利用率を比較しています。

※妊産婦さんの気持ちを聞き取る、統一された質問様式

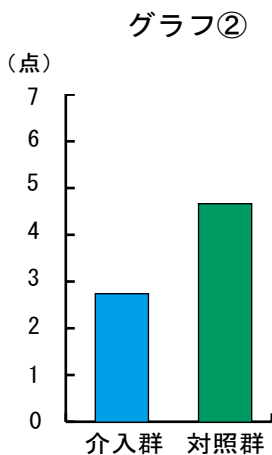
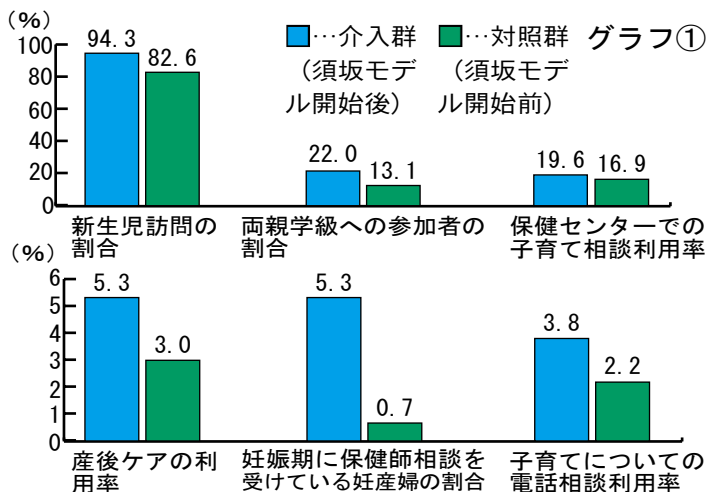
【研究成果】

グラフ①

質問票を行った場合の方が、母子保健サービスを利用した人が多いことが分かります。

グラフ②

産後4カ月後の面接では、質問票を行った方が、質問票の点数が低くなり、産婦さんのメンタルヘルスが統計的に優位に向上していることが分かります。



研究報告の詳細は、下記QRからアクセスできます。

