

9

バースプラン (แผนการคลอดลูก)



出産のときや出産のあとにしたいことを考えて、医療者(医師や助産師、看護師など)に相談することです。病院によっては、できることとできないことがあるので、妊娠中から相談しておくといでしょう。以下の例を参考に考えておくといでしょう。

出産のとき

出産の方法(自然分娩、無痛分娩など)、パートナーや家族、友人の立ちあい、出産の姿勢(どんな姿勢でうみたいのか)などの希望について、など。

例)

無痛分娩をしたい

横向きで出産したい

パートナーや友人と一緒にいたい

好きな音楽をききたい

アロマセラピーをしたい

赤ちゃんが生まれるときビデオをとりたい

出産のあと

自分の国や宗教に関する事など(食事や生活パターンなど)も伝えておきましょう。

例)

豚肉はたべない

家族がつくったスープをのみたい

シャワーをあびない

お祈りをしたい

赤ちゃんのこと

赤ちゃんにしたいこと、したくないことも伝えておきましょう。

例)

ミルクはあげない

คือ การบอกสิ่งที่คุณอยากทำขณะคลอดลูกหรือหลังคลอดหรือการปรึกษาหารือกับบุคลากรทางการแพทย์ (เช่น หมอ ผู้ช่วยแพทย์ พยาบาล เป็นต้น) คุณควรเตรียมความพร้อมมาปรึกษาตั้งแต่ขณะตั้งครรภ์เกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ที่สามารถทำได้หรือทำไม่ได้ในโรงพยาบาล โดยศึกษาจากตัวอย่างด้านล่างนี้ได้

เวลาคลอดลูก

วิธีการคลอดลูก (เช่น คลอดแบบธรรมชาติ, คลอดแบบไม่เจ็บปวด) ซึ่งพ่อเด็กครอบครัวหรือเพื่อนเข้าไปห้องคลอดได้, ทำคลอดลูก (อยากลองใช้ทำไหมก็ได้) และสามารถแจ้งความต้องการอื่นๆ เพิ่มเติมได้

ตัวอย่างเช่น

อยากคลอดแบบไม่เจ็บปวด

อยากคลอดลูกแบบนอนตะแคง

อยากให้พ่อเด็กและเพื่อนอยู่ด้วย

อยากฟังเพลงที่ชอบ

อยากใช้น้ำมันหอมระเหยหรือกลิ่นหอมร่วมด้วย

อยากถ่ายวีดิโอขณะลูกคลอดออกมา

หลังคลอด

ควรบอกเกี่ยวกับศาสนาหรือประเพณีของประเทศตัวเอง (เช่น อาหารหรือรูปแบบการใช้ชีวิต)

ตัวอย่างเช่น

ไม่กินเนื้อหมู

อยากดื่มชุปทำจากครอบครัว

ไม่อาบน้ำ

อยากอธิษฐานจิตขอพร

เกี่ยวกับทารกแรกเกิด

ควรบอกสิ่งที่คุณอยากทำหรือไม่อยากทำกับทารกแรกเกิด

ตัวอย่างเช่น ไม่ให้ดื่มนมขง เป็นต้น

わたしのバースプラン(แผนการคลอดลูก)

名前：
診察券番号：
予定日：

ชื่อ-นามสกุล：
เลขที่บัตรประจำตัว：
วันครบกำหนดคลอด：

もし、したいことがあれば☑をつけて、そのほかの希望があればかきましょう。

กรณีมีสิ่งที่ยากทำให้ทำเครื่องหมาย☑ลงในหัวข้อนั้นหรือเขียนความต้องการเพิ่มเติมลงในช่องอื่นๆ

出産のとき

- 無痛分娩をしたい
- パートナーと一緒にいたい
- お祈りをしたい
- アロマセラピーをしたい
- 赤ちゃんが生まれるときビデオをとりたい

そのほかの希望

เมื่อคลอดลูก

- อยากรคลอดแบบไม่เจ็บปวด
- อยากรให้พ่อเด็กเข้าห้องคลอด
- อยากรอธิษฐานจิตขอพร
- อยากรใช้น้ำมันหอมระเหยผ่อนคลาย
- อยากรถ่ายวิดีโอขณะลูกคลอดออกมา

ความต้องการอื่นๆ

出産のあと

- 豚肉はたべない
- 家族がつくったスープをのみたい
- シャワーをあびない
- お祈りをしたい

そのほかの希望

หลังคลอด

- ไม่กินเนื้อหมู
- อยากรดื่มซุปรักษาครอบครัว
- ไม่อาบน้ำ
- อยากรอธิษฐานจิตขอพร

ความต้องการอื่นๆ

赤ちゃんのこと

- ミルクはあげない
- もってきたミルクをあげたい
- 生まれたらすぐにだっこしたい

そのほかの希望

เกี่ยวกับทารกแรกเกิด

- ไม่ให้ดื่มนมขง
- อยากรให้นมขงที่นำมาเอง
- อยากรอุ้มทารกแรกเกิดทันที

ความต้องการอื่นๆ