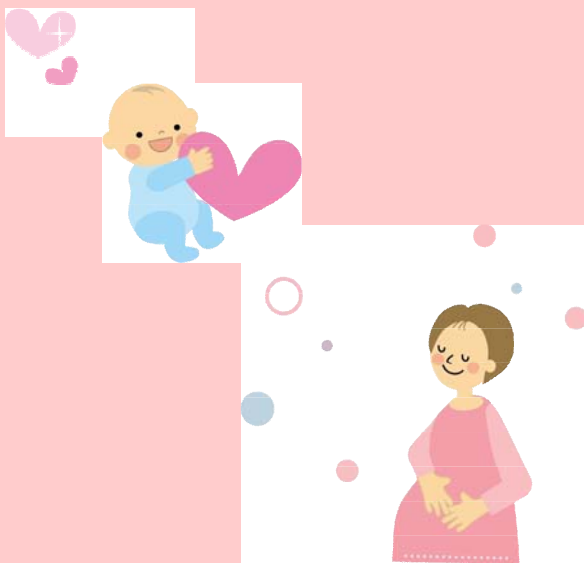


呉地域周産期オープンネットワーク
共通診療ノート



Maternity Notebook



妊婦氏名

健診施設名

分娩施設名

目次

■ 周産期オープンネットワークとは	1
■ 周産期オープンネットワークにおける 妊婦健診の流れ	2
■ 妊娠中に行う検査	2
■ 妊娠リスクスコアについて	2
■ 妊娠中の体重管理について（BMI）	3
■ 初期妊娠リスク自己評価表（A）	4
■ 後期妊娠リスク自己評価表（B）	6
■ 胎児発育曲線	7
■ 検査結果	
・血液検査等	8
・CRL測定	12
・診療ノート（18～23週）	18
・診療ノート（24～28週）	19
・診療ノート（29週以降）	20
■ 市内の産科連携体制	22
■ 周産期拠点病院のご案内	23

皆様に快適で安全な出産を迎えていただくため、このノートにより健診施設と分娩施設間で情報交換を行います。

健診や緊急時の受診の際は母子手帳と共に忘れずにお持ちください。

周産期オープンネットワークとは

周産期オープンネットワークとは、「普通の妊婦健診は近くの診療所で、お産は公的病院で」というシステムです。アメリカでは、こうしたシステムが一般的です。今後、日本でも主流になると予想される診療スタイルです。

連携する近くの診療所（健診施設）で妊産婦健診を行い、医療設備が整った病院（分娩施設）で安全で安心な出産ができます。

診療所と公的病院では次のような特徴があります。

診療所

ちょっとした事でも質問しやすい。詳しく説明してくれる。家から近いので便利など。

公的病院

設備・スタッフがそろっており緊急事態に対応できる。特殊な検査・処置・治療ができるなど。



このシステムを利用させていただくと、それぞれのメリットを十分に活用いただけます。



周産期オープンネットワークにおける妊婦健診の流れ

妊婦前期および中期の妊婦健診は基本的に健診施設（診療所）で行いますが、呉地域で分娩予定の方は妊娠10週以降、各かかりつけ医療機関より分娩施設へ予約をお取りください。なお、呉地区以外で分娩予定の方は各自で分娩施設へ予約をお取りください。健診時にリスクが高いと判断された場合は、以後の管理は分娩施設で行うことになります。

妊娠34週以降は産後1ヶ月健診まで分娩施設で管理します。

夜間休日等の緊急時には、かかりつけ医の医療機関に連絡をしてください。連絡が取れない場合には、呉地区内の分娩予定施設に連絡をしてください。呉地区以外で分娩予定の方は、輪番病院（呉医療センター・中国労災病院）へ連絡をしてください。

妊娠中に行う検査

妊婦初期および中期の検査は健診施設で受けてください。後期の検査や再検が必要と考えられる検査は分娩施設で行います。妊娠34週で分娩施設を受診する際には、それまでの検査結果を健診施設からもらうようにしてください。

妊娠リスクスコアについて

妊娠分娩は100%安全なものではありません。突然、お母さんや赤ちゃんの状態が悪くなり、帝王切開が必要になることもあります。安全なお産を求めるには、それぞれの妊婦さんが自分のリスクをあらかじめ理解しておくことが重要です。

妊娠リスクの自己評価表で、妊娠初期と20週以降に、ご自身で採点してください。もしリスクスコアが2点以上のときは担当医に相談してください。

妊娠中の体重管理について（BMI）

体重増加を上手にコントロールしましょう

出産時の目標体重を決めましょう

妊娠前の肥満（やせ）度＝BMIから目標値を決めます

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重} \quad \text{kg}}{\text{身長} \quad \text{m} \times \text{身長} \quad \text{m}}$$
$$= \frac{\quad}{\quad} \quad \text{目標値} = \quad \text{kg}$$

BMI	体重増加の目標値	1週間あたりの体重増加量
低体重（やせ）：18.5未満	9～12 kg	300～500 g / 週
ふつう：18.5～25.0未満	7～10 kg	300～500 g / 週
肥満：25.0以上	個別対応 5 kg	個別対応

ミネラルやビタミンを十分含んだ栄養バランスのとれた食事をしていれば、体重があまり増加しなくても赤ちゃんの発育に影響はありません

1週間に500g以上の体重増加は要注意です！

肥満・太りすぎはハイリスクに！

- ☆ 妊娠中に太りすぎると、妊娠高血圧症候群や糖尿病になりやすくなります
- ☆ 分娩時には、微弱陣痛や難産などの原因になります

食事の基本形は？

- ☆ 主食（ご飯・パン・麺類）＋主菜（肉・魚・豆腐など）＋副菜（野菜・海藻など）をバランスよくとりましょう
- ☆ 脂質は少量でも高カロリーなので、取り過ぎないように注意しましょう
- ☆ カルシウム、鉄、葉酸は不足しやすいので積極的にとるようにしましょう
- ☆ 塩分は控えめにしましょう（10g/日以下）
- ☆ インスタント食品は出来るだけ控えましょう
- ☆ アレルギーが気になる方は、蛋白質は出来るだけ加熱してとるようにしましょう

太らないためには

- ☆ 甘いもの・油っこいもの・塩っ辛いものは控えましょう
- ☆ 便秘をしないようにしましょう
- ☆ 食べ物は、30回噛んで食べましょう
- ☆ 間食や夜遅くの飲食は控えましょう
- ☆ 毎日、体重を測りましょう

初期妊娠リスク自己評価表（A）

（妊娠が分かった時に確かめましょう）

1. あなたがお産をするときの年齢は何歳ですか？
16-34歳：0点 35-39歳：1点 15歳以下：1点 40歳以上：5点 点
2. これまでにお産をしたことがありますか？
はい：0点 いいえ、初めての分娩です：1点 点
3. 身長は150cm以上ですか？
はい：0点 いいえ、150cm未満です：1点 点
4. 妊娠前の体重・BMIはいくらですか？
65kg未満：0点 65-79kg：1点
BMI \geq 25・80-99kg：2点 BMI \geq 30・100kg以上：5点 点
5. タバコを吸いますか？
いいえ：0点 はい：1点 点
6. 毎日お酒を飲みますか？
いいえ：0点 はい：1点 点
7. 睡眠剤、抗不安薬、向精神薬を使用していますか？
いいえ：0点 はい：2点 点
8. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください
() 高血圧があるが薬は服用していない () 先天性股関節脱臼
() 子宮がん検診での異常(クラスⅢb以上)があるとされた () 肝炎
() 心臓病があるが、激しい運動をしなければ問題ない
() 甲状腺疾患があるが症状はない *チェック数 \times 1点= 点
() 糖尿病があるが薬は服用も注射もしていない
() 妊娠が分かったときに発熱したり、発疹がでたりした
9. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください
() 甲状腺疾患があり管理不良 () SLE () 慢性腎炎 () 精神神経疾患
() 気管支喘息 () 血液疾患・血栓症 () てんかん () Rh陰性
() 乳腺疾患 () 悪性腫瘍 *チェック数 \times 2点= 点
10. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください
() 高血圧で薬を服用している () 心臓病があり、少しの運動でも苦しい
() 糖尿病でインスリンを注射している () 抗リン脂質抗体症候群といわれた
() HIV陽性 *チェック数 \times 5点= 点
11. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください
() 子宮筋腫 () 子宮頸部の円錐切除術後
() 前回妊娠時に、妊娠高血圧症候群軽症（血圧が140/90以上160/110未満）
() 産後出血多量 () 巨大児（4kg以上）
*チェック数 \times 1点= 点

12. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください

- () 巨大子宮筋腫 () 子宮手術後 () 2回以上の自然流産 () 帝王切開
() 早産 () 死産 () 新生児死亡
() 児の大きな奇形 () 2500g未満の児の出産

*チェック数×2点= 点

13. これまでに下記事項にあてはまればチェックをしてください

前回妊娠が

- () 妊娠高血圧症候群重症(血圧が160/110以上)
() 常位胎盤早期剥離

*チェック数×5点= 点

14. 今回不妊治療は受けましたか？

いいえ：0点 排卵誘発剤の注射：1点 体外受精：2点 点

15. 今回の妊娠は

- 予定日不明妊娠：1点 減数手術を受けた：1点
長期不妊治療後の妊娠：2点

点

16. 今回の妊婦健診について

28週以後の初診：2点 点

17. 赤ちゃんに染色体異常があるといわれていますか？

いわれていない：0点 疑いがある：2点 異常が確定している：2点 点

18. 妊娠初期検査で異常があるといわれていますか？

B型肝炎陽性：1点 C型肝炎陽性：1点
性感染症(梅毒、淋病、外陰ヘルペス、クラミジア)の治療中：2点 点

19. 双胎といわれていますか？

いいえ：0点 はい：4点 点

20. 過去1か月の間に、下記事項にあてはまればチェックをしてください

- () 気分が落ち込んだり、元気がなくなったり、あるいは絶望的な気持ちになって悩んだ
() 物事をするとき、興味あるいは楽しみをほとんどなくして、しばしば悩んだ
() ほとんど毎日緊張感、不安感、神経過敏を感じることもある
() ほとんど毎日心配することをやめられない、また心配をコントロールできない

*チェック数×1点= 点

<1から20の点数を合計してください>

0～1点：現在のところ大きな問題はなく心配いりません

2～3点：ハイリスク妊娠に対応可能な病院と密接に連携している施設での妊婦健診、
分娩を考慮してください

4点以上：ハイリスク妊娠に対応可能な病院での妊婦健診、分娩を考慮してください

*医学的に不明な点や、適切な医療機関の情報等については主治医にお尋ねください

後期妊娠リスク自己評価表 (B)

(妊娠20~36週にチェックしましょう)

1. 妊婦健診は定期的にうけていましたか？
受けていた：0点 妊婦健診は2回以下であった：1点 点
2. Rh血液型不適合があった方にお聞きします
抗体は上昇しなかったといわれた：0点
抗体は上昇し赤ちゃんへの影響が考えられるといわれた：5点 点
3. 多胎の方にお聞きします
2卵性双胎：1点 赤ちゃんの体重差が25%以上ある2卵性双胎：2点
1卵性双胎あるいは3胎以上の多胎：5点 点
4. 妊娠糖尿病といわれている方にお聞きします
食事療法だけでよい：1点 インスリン注射を必要とする：5点 点
5. 妊娠中に出血はありましたか？
なし：0点 20週未満にあった：1点 20週以後にあった：2点 点
6. 破水あるいは切迫早産で入院しましたか？
なし：0点 34週以後にあった：1点 33週以前にあった：2点 点
7. 妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）といわれましたか？
なし：0点 軽症（血圧が140/90以上160/110未満）：1点
重症（血圧が160/110以上）：5点 点
8. 羊水量に異常があるといわれましたか？
なし：0点 羊水過少：2点 羊水過多：5点 点
9. 胎盤の位置に異常があるといわれましたか（妊娠24週以降）？
なし：0点 低位胎盤：1点 前置胎盤：2点
前回帝切で前置胎盤：5点 点
10. 赤ちゃんの大きさに異常があるといわれましたか？
なし：0点 異常に大きい：1点 異常に小さい：2点 点
11. 赤ちゃんの位置に異常があるといわれましたか（妊娠36週以降）？
なし：0点 初産で下がってこない：1点 逆子あるいは横位：2点 点
12. 過去1か月の間に、下記事項にあてはまればチェックをしてください
() 気分が落ち込んだり、元気がなくなったり、あるいは絶望的な気持ちになって悩んだ
() 物事をするときに、興味あるいは楽しみをほとんどなくして、しばしば悩んだ
() ほとんど毎日緊張感、不安感、神経過敏を感じることもある
() ほとんど毎日心配することをやめられない、また心配をコントロールできない
*チェック数×1点= 点

<1から12の点数を合計してください>

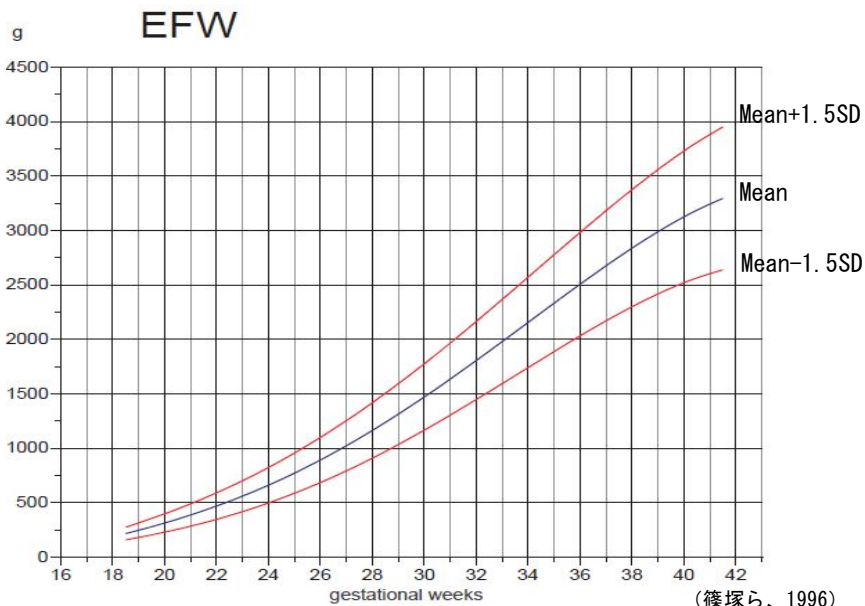
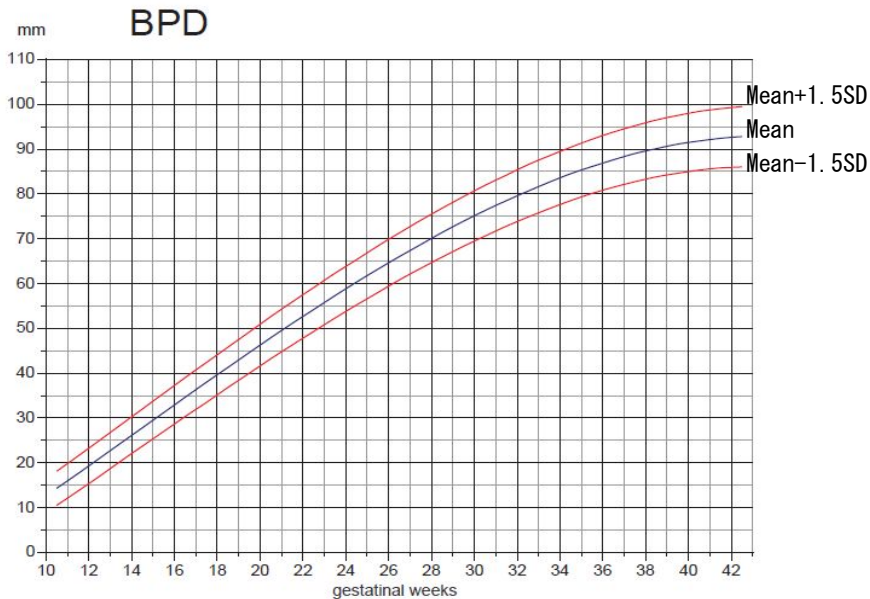
0~1点：現在のところ大きな問題はなく心配いりません

2~3点：ハイリスク妊娠に対応可能な病院と密接に連携している施設での妊婦健診、分娩を考慮してください

4点以上：ハイリスク妊娠に対応可能な病院での妊婦健診、分娩を考慮してください

*医学的に不明な点や、適切な医療機関の情報等については主治医にお尋ねください

胎児発育曲線 (BPD, EFW)



(篠塚ら、1996)

氏 名	歳
-----	---

最終月経 年 月 日	(日周期)
------------	--------

既往歴

妊娠歴

血液型 () 型 Rh ()

不規則抗体		血糖値(1回目)	
HBs		血糖値(2回目)	
梅毒		Hb(1回目)	
HCV		Hb(2回目)	
HIV		血小板(1回目)	
風疹*		(HbA1c)	
HTLV-1		頸部細胞診**	
クラミジア (20週まで)			
GBS			

*風疹H I 抗体価が16倍以下の方は分娩後早期の風疹ワクチン接種をおすすめします。

**子宮頸がん検査(細胞診)で異常を指摘された方は医師の指示に従って再検査を受けてください。

健診施設

検査データ貼付

検査データ貼付

検査データ貼付

出産予定日

年

月

日

(LMP,CRL,BBT より)

妊娠8週～12週の
CRL測定の写真を
貼付けてください。

撮影年月日

年

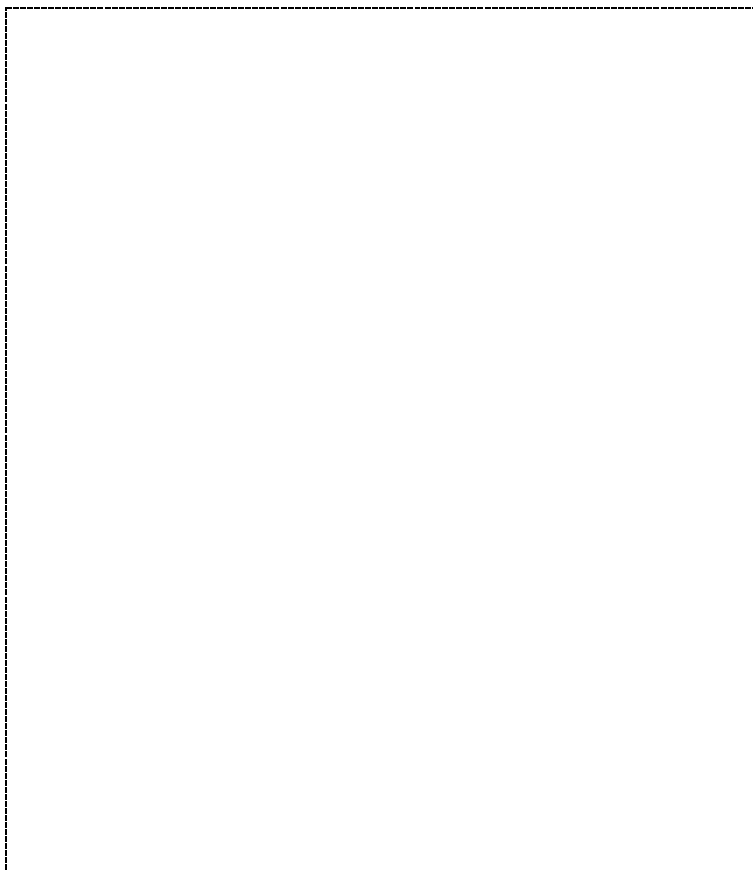
月

日

妊娠週数

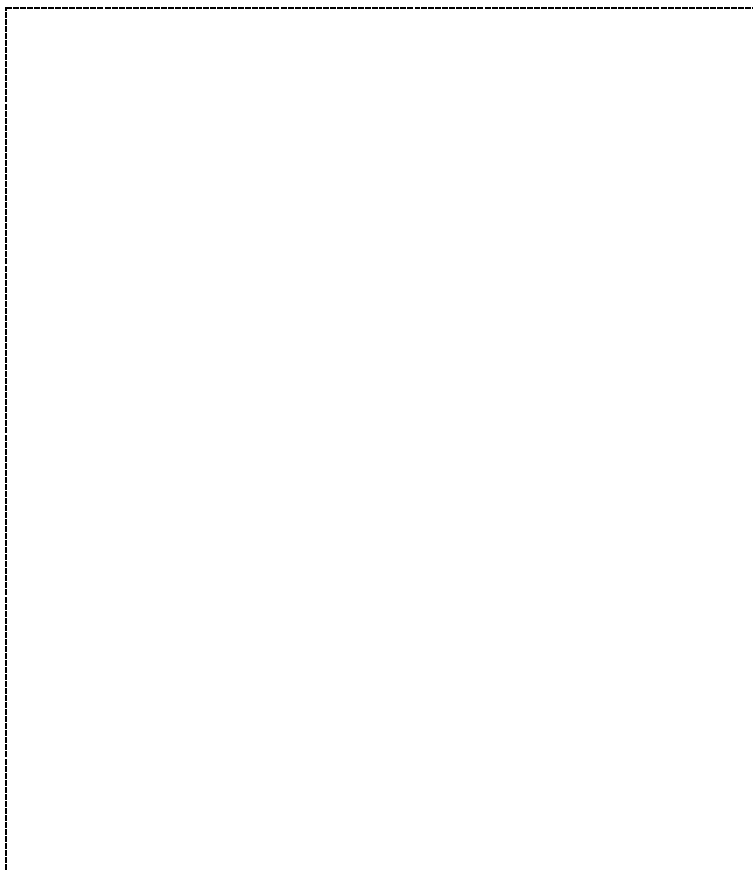
週

日



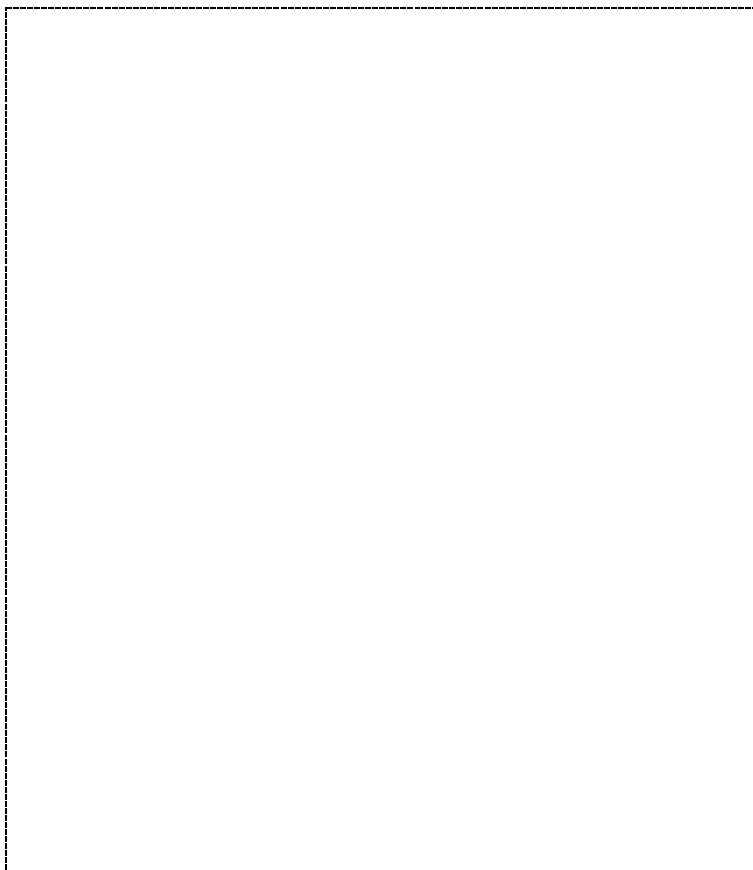
撮影年月日 年 月 日

妊娠週数 週 日



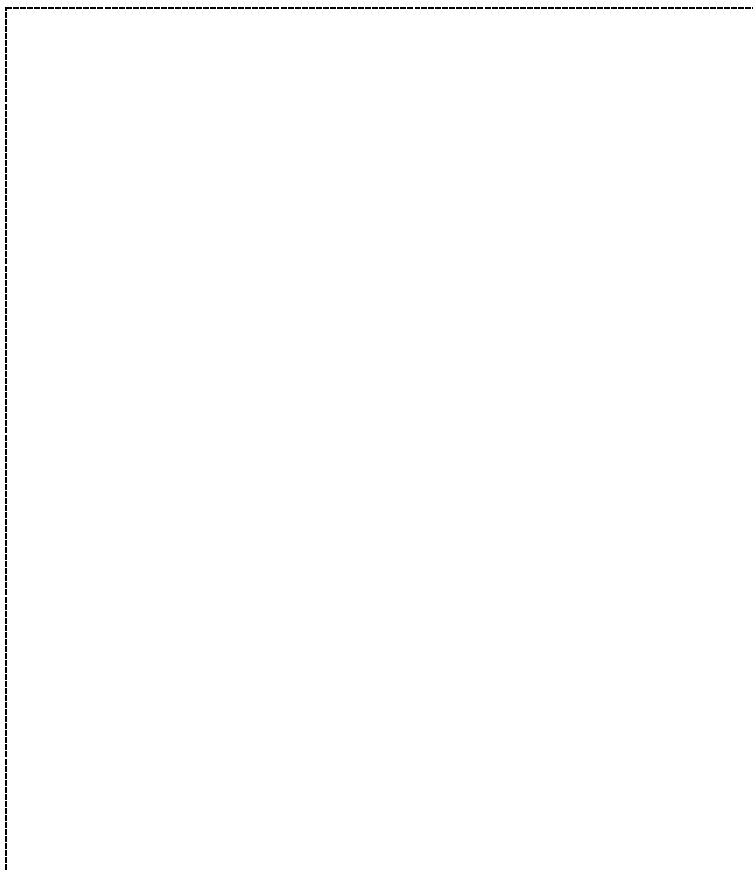
撮影年月日 年 月 日

妊娠週数 週 日



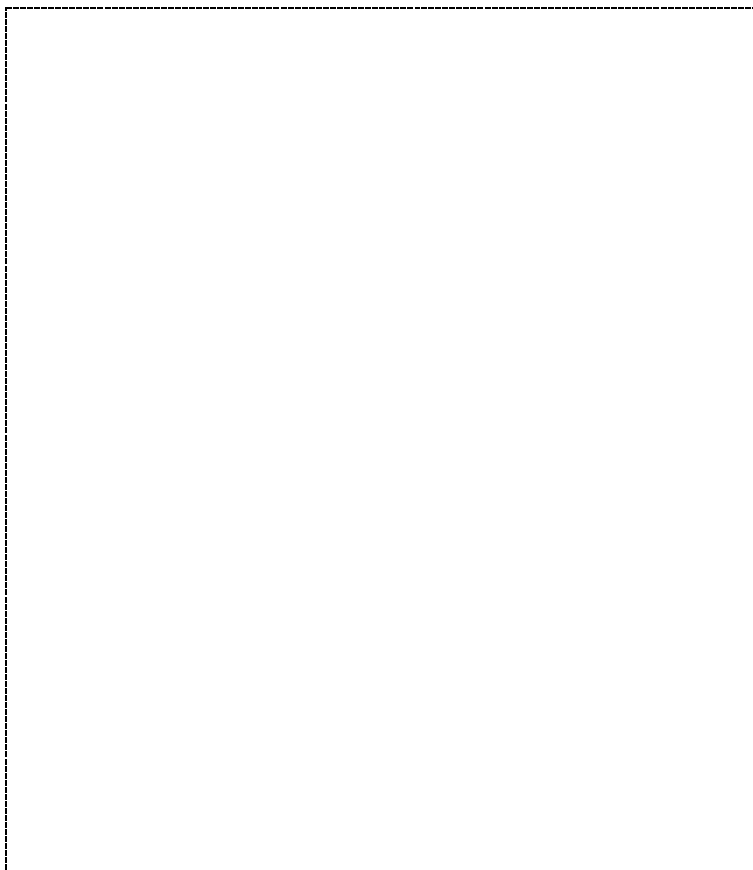
撮影年月日 年 月 日

妊娠週数 週 日



撮影年月日 年 月 日

妊娠週数 週 日

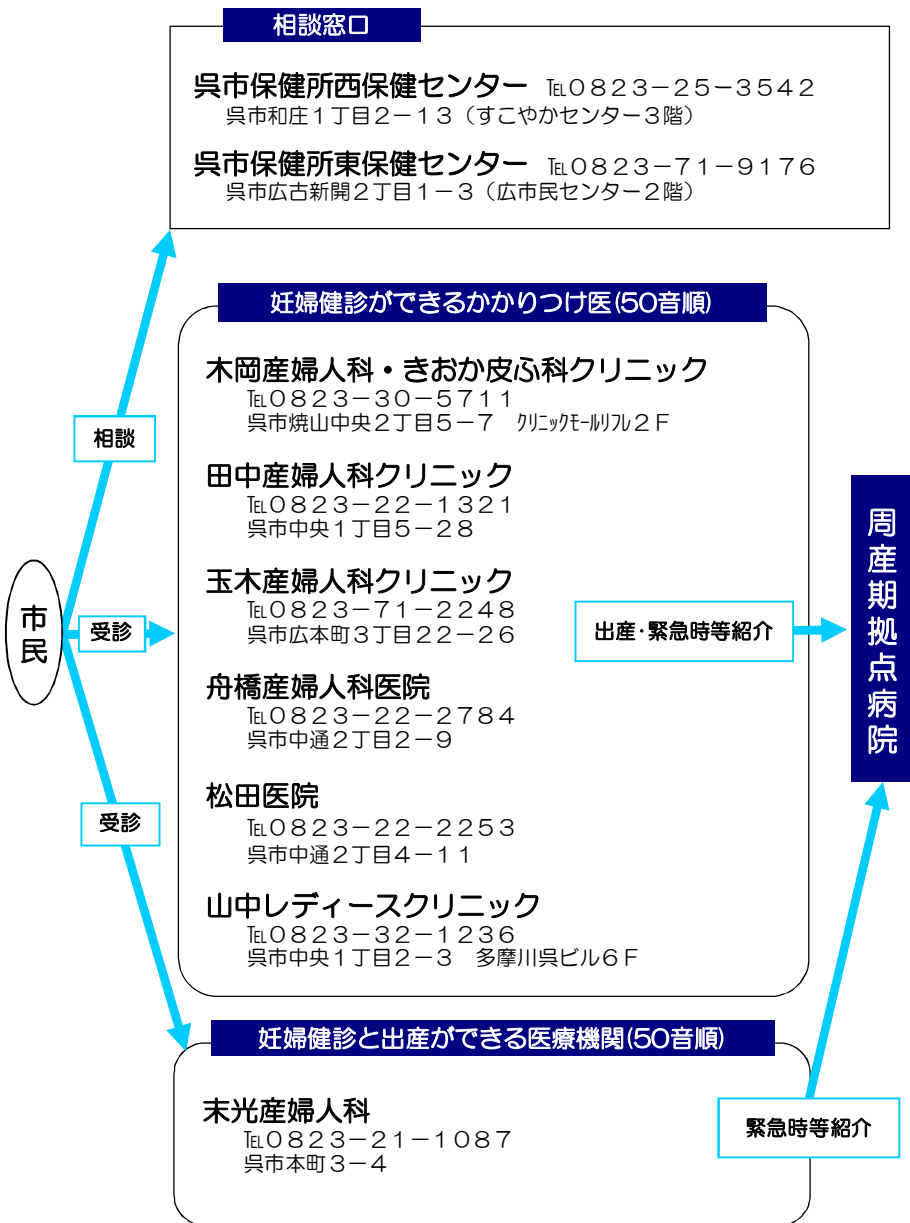


撮影年月日 年 月 日

妊娠週数 週 日

市内の産科連携体制

平成30年6月
共通診療ノート第三版
<差替>22頁





独立行政法人 国立病院機構

呉医療センター

中国がんセンター

National Hospital Organization
Kure Medical Center

●所在地

〒737-0023
呉市青山町3-1

●受付時間（月～金）

午前8時00分～午後3時00分
（はじめての方は午前11時00分まで）

●代表TEL 0823-22-3111



予約
受付

- 分娩は原則予約制です。かかりつけ医を通して予約してください。
- 分娩予約、不明な点は
 国立病院機構 呉医療センター・中国がんセンター 地域医療連携室まで
 ◆受付時間 平日13時00分～17時00分
 ◆TEL 0823-22-3816
- 分娩数が増加した場合は予約をお受けできない場合がありますので、かかりつけ医にご相談ください。ただし、妊娠経過に異常がある場合は、別に対応させていただきますのでご安心ください。
- 分娩予約をされた方は当院の「母親学級」又は「両親学級」のどちらかに必ずご参加ください。
- 立ち会い分娩をご希望の場合は「両親学級」に必ず「ご夫婦」でご参加ください。（受講されていない方の立ち会いはお断りしております。）
- 「母親学級」又は「両親学級」の予約方法
 患者様ご本人から直接、呉医療センター予約センターまでお電話にてご予約ください。「お名前」、「分娩予定日」、「希望の受講学級」、「希望日」をお伺いさせていただきます。
 ◆受付時間 平日8時30分～17時15分
 ◆TEL 0823-32-1888

緊急
連絡

- 平日（8時30分～17時00分）
産婦人科外来 … 代表TEL 0823-22-3111
- 夜間・休日
救急外来 … 代表TEL 0823-22-3111
産婦人科（4A）病棟 … 直通TEL 0823-24-7070

URL <http://www.kure-nh.go.jp/>



独立行政法人 労働者健康安全機構

中国労災病院

Chugoku Rosai Hospital

●所在地

〒737-0193
呉市広多賀谷1-5-1

●受付時間（月～金）

午前8時00分～午前11時00分
（はじめての方は午前8時15分から）

●代表TEL 0823-72-7171



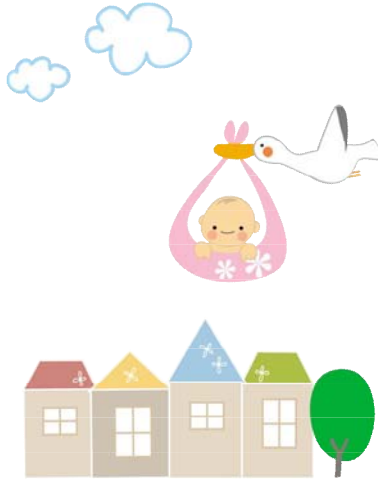
**予約
受付**

- 分娩は原則予約制です。
- 分娩予約、不明な点は
中国労災病院 地域連携室まで
◆受付時間 平日8時15分～17時00分
◆TEL 0823-74-0321
- 分娩数が増加した場合は予約をお受けできない場合がありますので、かかりつけ医にご相談ください。ただし、妊娠経過に異常がある場合は、別に対応させていただきますのでご安心ください。
- 分娩予約をされた方は当院の「母親学級」に参加できます。
- 「母親学級」の予約方法
患者様ご本人または、かかりつけ医から当院地域連携室にFAXにてご予約ください。
◆受付時間 平日8時15分～17時00分
◆FAX 0823-74-6260

**緊急
連絡**

- 平日（8時15分～16時00分）
産婦人科外来 … 代表TEL 0823-72-7171
- 夜間・休日
救急外来 … 代表TEL 0823-72-7171

URL <http://www.chugokuh.johas.go.jp/>



**呉地域周産期オープンネットワーク
共通診療ノート**

非売品：呉市医師会作成

発行： 初版 平成21年 1月
第2版 平成24年 2月
第3版 平成29年11月

発行者： 呉市医師会会長
監修： 呉市医師会理事
編集： 編集委員会

原 豊
吉川 幸伸

木岡産婦人科・きおか皮膚科クリニック
末光産婦人科
山中レディースクリニック
玉木産婦人科クリニック
国立病院機構呉医療センター産婦人科

木岡 寛雅
末光 博雄
山中伸一郎
玉木 正治
中村 紘子

中国労災病院産婦人科

佐川麻衣子
信實 孝洋
卜部 理恵

発行所： 一般社団法人 呉市医師会
〒737-0056 呉市朝日町15-24
TEL 0823-22-2326 FAX 0823-23-2120
<http://www.kure.hiroshima.med.or.jp>

印刷： 株式会社 呉精版印刷
〒737-0822 呉市築地町5-4
TEL 0823-22-5011 FAX 0823-22-5027
E-mail k_seihan@ms6.megaegg.ne.jp

