

未来を担う赤ちゃんたち



母子健康手帳は

- 妊娠届を出すと無料でもらえる
- 常に持ち歩いている(妊婦のものである)
- 妊婦と医療者が共有して記入している



妊娠から乳幼児期までを1冊にまとめた母と子の健康記録

→前半の「妊娠記録」は、カルテの内容と一致

* 転居や旅行などで経過を把握するのに役立つ

* 女性が自分でカルテを管理したケースを比較した

2つの研究(Elbourne et al.,1987;Lovellet al.,1987)

では、カルテを自分で管理した女性の方が医療の

主導権を握っていると感じ、より有効なコミュニケーション

ができたと感じる度合いが強かった。

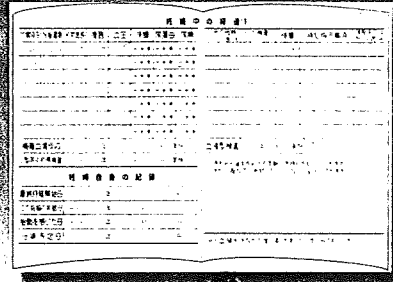
母子健康手帳の構成

●構成(全体約80ページ)

妊娠: 6頁

前半: 記録(出産
産後
育児): 38頁

後半: 指導(約40頁)



現状の母子健康手帳の問題

- 育児記録が中心で妊娠中に記載する部分が少ない
- 妊娠中の経過は1行のみ
- 胎児に関する情報の記載欄が少ない
- 妊娠生活の保健指導のポイントが記載されていない
- 妊婦の自由記載欄が少ない

母子健康手帳を活用することで、妊娠時期に沿った妊婦健診を医療者と妊婦が双方向からコミュニケーションを図り、出産への心身の準備ができる

母子健康手帳の新しい活用法

- 妊娠各期の問診項目で、妊婦が自分の健康状態をチェック
- 胎児の発育状態を記載する
- 妊婦健診スコアを表示し採点する
- 妊婦の自己記載欄を多くする

- ↓
- 自分の妊娠経過を客観的に考えることができる

- ↓
- 気がかりなことや質問事項を手帳に記入し健診時に質問
→妊婦が主体的に妊娠・出産・育児に向きあう様になり、
よりよい生活の仕方を考え工夫する機会となる

妊娠生活をセルフコントロールする

研究報告にみる助産ケアの評価

「サービスの満足度」と「出産体験の評価」は
ケアの一貫性と情報伝達の一貫性に有意な
関係が認められた。

(堀内成子ら2003)

30週頃から

私たちのパースプラン

★パースプランは考えましたか？
どんなお産がご希望ですか。
また、退院後の生活について考えてみましょう。

パートナーと一緒に考えましょう

妊娠中からのおっぱいのケア

☆おっぱいについて心配なことや困っていることはありませんか？

助産師記載欄

乳房の形()
乳頭の形()
その他

・どんなお産がしたいのか、パースプランを考えます。
・夫と一緒に考え記載されたものをみて医療者はお産への妊婦と家族の思いを理解します。
・出産施設で出来ること出来ないことを明確にできます。
・産後の母乳への支援は妊娠中からスタートします。

まとめ

- 妊娠期間は「よいお産」に向けた準備期間です。
- 妊婦は主体的に自分の心身を管理します。
- 妊婦のセルフケア行動を育む方法として、母子健康手帳を活用します
- 母子健康手帳は妊婦と医療者が共有する情報です。
- 活用しやすく母子健康手帳を改善しました。
- 妊婦健診で 医療者と妊婦
の対話ができます。
＝双方向のコミュニケーションにより、妊娠している女性を理解した温かい健診になり、医療者と妊婦の信頼関係が深まります。



妊娠経過記録に対する意見

妊娠経過記録の項目	助産師(n=15)		医師(n=16)	
	平均値	SD	平均値	SD
1回の健診で見開き1ページを使用してもよい	-0.13	1.30	0.37	1.26
健診日の妊娠週数は、自分で記載する	-0.87	0.94	-0.78	1.32
妊娠中の気がかりなことを健診で質問するための質問事項があるとよい	1.27	0.46	1.53	0.52
血液検査等の記載は、医師が記載した方がよい	1.20	0.77	1.22	1.11
血液検査等の記載は、自分が記載した方がよい	-1.27	0.46	-1.69	0.48**
「胎動を感じた日」を削除し、「予定の分娩施設名」に変更してもよい	0.20	1.21	-0.21	1.36
出産する施設が決定したかどうかを確認できるようにした方がよい	1.40	0.51	0.84	1.21
出産する施設への分娩予約の有無を確認した方がよい	1.40	0.51	1.11	1.33
血液検査の結果確認の有無を点検できるようにした方がよい	1.20	0.41	1.21	1.23
妊娠初期におこりやすい症状を確認できるようにした方がよい	1.27	0.46	1.37	1.12
胎動を感じた日を自分で記入できる方がよい	0.80	1.01	1.42	0.96
妊娠初期に関することは、妊娠20週ごろまでに自分で記入した方がよい	0.73	0.70	0.26	1.41
パースプランを母子健康手帳に加えた方がよい	0.60	0.83	1.05	1.18
パースプランは、妊娠35週ごろまでに記入した方がよい	0.80	0.77	0.74	1.41
自分で胎動を観察して記録したほうがよい	1.27	1.03	0.21	1.23**
妊娠後期の食事に関する情報があるとよい	1.47	0.52	1.47	0.96
入院物品の準備に母子健康手帳を利用できると便利である	1.20	1.01	1.05	1.31

女性が妊娠中に欲しい情報とは

出産ジャーナリスト
河合 蘭

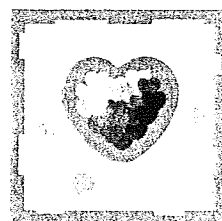
妊婦さんを取り巻く情報源

- 母子手帳
- インターネット
- マタニティ誌
- お産本
- 先輩、友人、家族の話
- 医師、助産師
- 相談窓口

母子手帳の特別さ

妊婦健診というリアル体験と関連

- 自分だけの情報、物語が記載されている世界でただ一冊のお産本。
- メモリアルとなるもの・・・その女性のお腹にその子がいたという証である。
- 医療者との交換ノート。



母子手帳にある情報

- 圧倒的な信頼感、説得力があり「正規の情報」と感じる。国の母子保健対策の方針を指し示すもの。
- 妊婦のほぼ全員に提供できる。
- すぐに取り出せるところに保管される。旅先へも持っていく。

信頼できる情報の大切さ

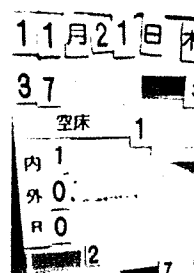
- いろいろな考え方が乱れ飛んで混乱している事柄について一定の見解を示してもらいたい。→家族にも浸透。

- 例 (1)超音波検査の意義
(2)妊娠中の予防注射
(3)母乳のやり方

『産婦人科診療ガイドライン 産科編2008』
の内容を妊婦さんにも知らせてほしい。

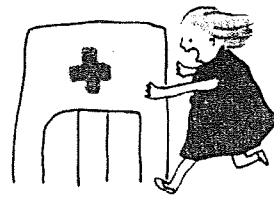
国の方針を伝える ツールとしての母子手帳

- リスクによる出産場所の決定＝周産期システムとは
- (セミ)オープンシステムとは何か
- 院内助産システム(助産師外来、院内助産院)とは何か＝助産師とは誰か
- 産科医療補償制度とは何か



いつも持っていたい情報とは

- 「こんな時はすぐ受診！」 危険の兆候となる症状のリスト
- 家で生まれそうになったらどうするの？
- 困ったときの相談電話、地域サービスの情報
- この薬は飲んでもいい？



最近関心が高まっている情報

- 産み場所がない
- 羊水検査
- 麻酔による無痛分娩
- 脳出血



本当のところ、どうなの？

ハイリスク出産の人を励ます情報

- 帝王切開
- 不妊治療後の妊娠
- 早産の赤ちゃん
- 前回は帝王切開

☆ 自分が受けた帝王切開の術式がわからない人が多い。



最後に・・・

妊婦健診は
医学的なチェックの場ですが、
同時に医療者との触れあいの場。

次の健診まで
がんばるパワー
をあげてください。

Bad News だけではなく、
Good News もあげてください。



「ケータイサイト『ママニティ』アンケート調査結果より

東京女子医科大学 産婦人科 松田義雄

緊急!母子健康手帳アンケート

母子健康手帳をより使いやすいものに作り変え、医療者と患者とをつなぐ架け橋にしたい——今、産科医や助産師らでつくる厚生労働省の研究班は、2012年の母子健康手帳改訂を目指して、準備を進めています。

先日都内で開かれた公開シンポジウム『母子健康手帳を皆で考えよう』では、「母子健康手帳はあくまで健診の補助的なもの」と考える医師たちと、「母子健康手帳はお守り!何度も何度も読み返す」というママたちとの、考え方の違いが浮き彫りになりました。

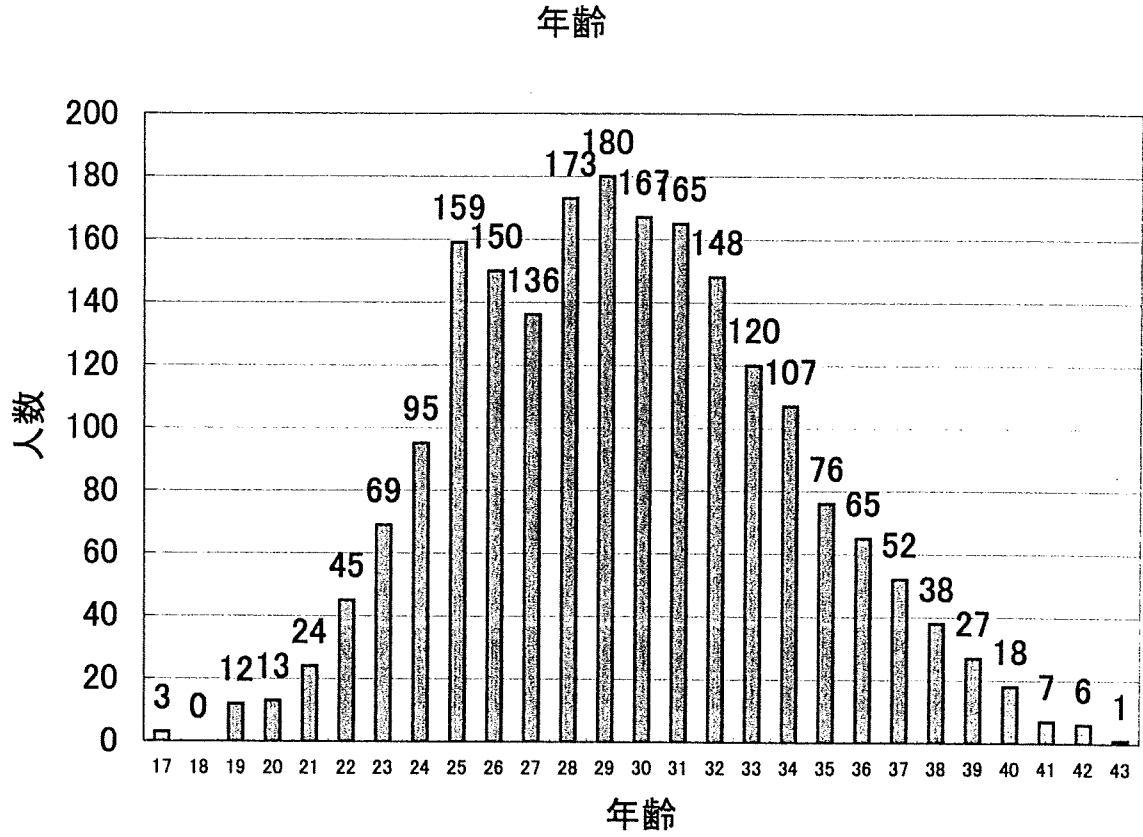
そこで、今回、「ママニティ(※)」で緊急アンケートを実施。ママたちのリアルな声を、研究班の先生たちに届けます!

※(注)ケータイサイト「ママニティ」は、妊娠・出産・育児の情報サイトで、携帯電話各社の公式サイトとして登録されている。有料制で、現在の会員数は約10万人。主に10代~40代女性で、妊娠前が3割、妊娠中が3割、子育て中が4割と、幅広い読者層をかかえている。

と銘打ったアンケートを平成21年10月下旬に行ったところ、2068名から回答が得られた。

<基本情報>

・あなたの年齢をおしえてください。 _____ 歳



・現在のあなたの状態は？

妊娠前	5
妊娠中	181
妊娠しながら育児中	390
育児中	1486
未選択	6

・お住まいの都道府県は？ _____

都道府県	人数
北海道	74
青森	22
岩手	24
秋田	20
宮城	42
山形	13
福島	46
栃木	47
茨城	77
群馬	41
千葉	121
東京	184
山梨	15
神奈川	172
新潟	59
長野	49

静岡	61
石川	15
岐阜	45
愛知	102
富山	17
福井	12
京都	28
三重	41
滋賀	18
大阪	121
奈良	11
和歌山	14
兵庫	58
鳥取	7
岡山	30

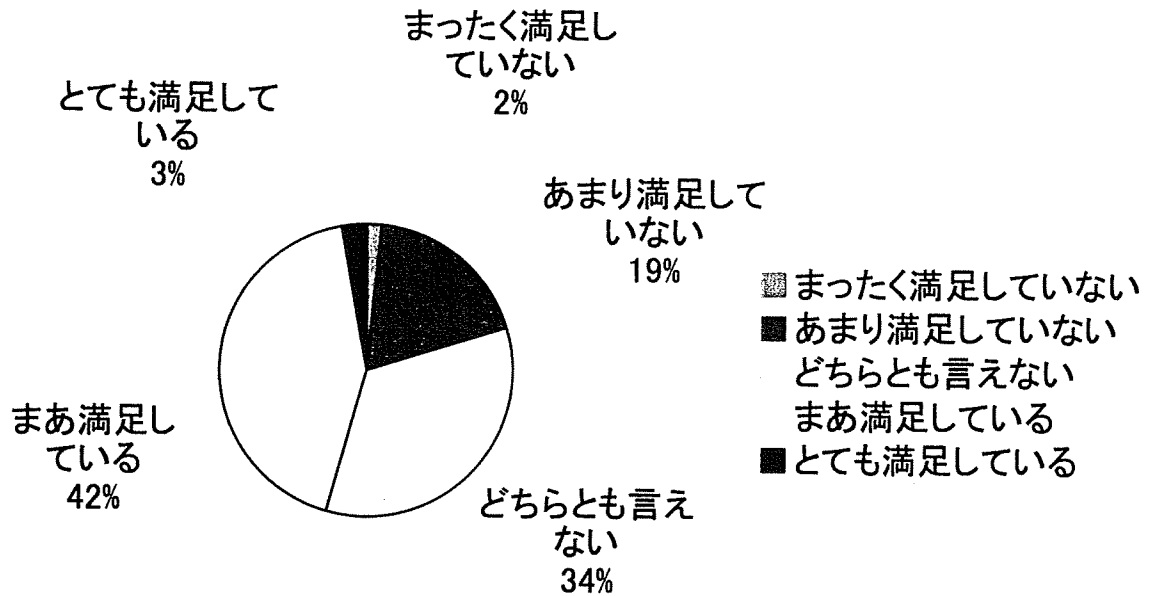
島根	9
広島	43
山口	14
香川	18
徳島	11
愛媛	23
高知	4
福岡	91
長崎	23
熊本	29
宮崎	20
鹿児島	33
沖縄	17
未選択	147

計 2068

母子手帳の妊娠期に使用するページについて、お聞きします。

Q1、現在の母子手帳を、どう思いますか？（一つだけ選択）

まったく満足していない	37
あまり満足していない	384
どちらとも言えない	703
まあ満足している	889
とても満足している	55



Q2、妊娠中、母子手帳をどのように利用しましたか？（複数選択）

医師・助産師が記入した欄を確認した	2029
妊婦が記入する欄（健康状態・職業等）を使用した	1648
自由に記入した	455
妊娠中の生活や医療情報についてのページを読んだ	1195
ほとんど使用しなかった	41
その他	98

●「その他」の回答

<記録・メモ>

- ・ 医師に話されたことを細かくメモ
- ・ 健診時に聞いておきたいことをあらかじめメモ
- ・ 妊娠前の記録をつけた
- ・ 胎児の位置を絵に書いた
- ・ 採血結果を記入した
- ・ 切迫早産と診断された日付、薬を飲み始めた事、入院した日付などを記入しました
- ・ 両親(母親)学級の記入欄
- ・ 緊急連絡先や病院の電話番号、タクシー会社の番号など記入した
- ・ 妊娠中の体調(不良時)の状態を書いた
- ・ 母乳マッサージの先生に記入して頂いた
- ・ お祝い頂いた方リストに使った
- ・ 子供の病歴を記入した
- ・ 子どもの体重や身長をグラフに記入した
- ・ 子どものそれぞれの年齢のページに、成長過程の事、出来るようになった事を書き込んだ
- ・ 予防接種の記録

<健康管理>

- ・ 前回の妊娠との比較のため、体重や経過を確認
- ・ 上の子の母子手帳と比べた
- ・ 母の母子手帳と比べた
- ・ 本や雑誌、友人の体験と比べたりした
- ・ 健診日の度に体重や体の測定をするので体調管理がきちんとできた

<学び>

- ・ 産まれたらどんな健診があるのか確認
- ・ 最低限、把握しなきゃいけない事だけ読んだ

- ・新生児の特徴の記載や事故やけがの対処法に目を通した
- ・医師が必要箇所にラインを引いてくれたので何度も読み直した
- ・仕事についての法律等、記載内容に助けられた事が多かった
- ・子供が物を飲み込んだ時の対処の仕方を読んだ
- ・相談機関をチェックした

<心の支え>

- ・妊娠中は情緒不安定だったため、母子手帳見て、母親になる自覚をやしなった
- ・超音波の写真、安産のお守りを挟んで使っていた
- ・胎児の大きさ、成長を書いてもらい、出産までの励みにした

<メモリアル>

- ・妊娠中に行ったことを記入した。音楽療法、マタニティービクスなど…
- ・子どもへのメッセージを夫婦で記入
- ・子供の名前の由来や生まれた時の気持ちを書いた
- ・写真やプリンタなど貼ったりデコった（※デコる＝デコレーションする）
- ・超音波の赤ちゃんの画像をもらったものをコピーし、貼った

<使いにくい>

- ・使い方がわからない、使い勝手が悪い
- ・情報はケータイサイトでじゅうぶん。母子手帳は必要なかった
- ・5年前の母子手帳にはメモ欄があったのに、今の母子手帳にはなくなり残念
- ・持ち運びは便利だが、小さく、記入スペースはほとんどない

<その他の使い方>

- ・保育士です。保護者とのやり取りの中で、母子手帳は必需品。生まれる前からの記録が助かる
- ・マタニティヨガに参加していたので、ヨガの先生が体調をチェックする為のツールとして提出していました
- ・市の育児相談で使用しました
- ・産院のイベント参加時の出席簿としても利用した

<その他傾向>

- ・最初の頃は書いていたが、徐々に書かなくなった
- ・何度かひととおり読み返してみた
- ・医師や助産師は記入はほとんどしていない

Q3、以下のうち、母子健康手帳に必要だと思うものを選んでください。(複数選択可)

医師が診療・健診内容を具体的に記入する欄	1831
自分の質問・不安を書き込んで、医師や助産師に見てもらいたい欄	1335
リスクや病気など最新の医療情報	1320
妊娠中や産後の生活情報の充実	1399
特になし	12
その他	208

●「その他」の回答

※乳児に関する回答は省き、妊娠中のことのみ抽出

<載せてほしい情報>

- ・近隣の病院の情報、救急の病院の情報
- ・近くの小児科や夜間診療をしている所を載せて欲しい
- ・医療機関や助産院や保育園・幼稚園の一覧を入れたりしてほしい
- ・産後のいろいろな手続き方法
- ・助成金などの詳しい申請の仕方や種類
- ・赤ちゃんとの関わり方・遊び方
- ・妊婦や赤ちゃんの病気の説明や対処法があると便利
- ・胎児の成長図。絵図で載っているとわかりやすい
- ・月齢ごとに簡単な成長の目安と、予防接種の開始月齢をその月齢のページに書いてあると分かりやすい
- ・子どもの予防接種の種類、副作用、メリットデメリット、接種時期など
- ・不安でいっぱい。育児に対する心構えを気が楽になるような形で載せてほしい
- ・育児ノイローゼなど育児が出来ない人の為のバックアップ
- ・自治体の子育て支援サービス等、地域の特色を活かした内容
- ・妊娠中どんなことをしたらよいか、どんなものを食べたらよいか記載して欲しい!
- ・妊娠中でも可能な運動について(マキニスムやピクスや散歩などの紹介ではなく、室内でできる運動・体操などの具体的な図式などを用いた情報)
- ・妊娠中の身体の不調(腰痛、頭痛、肩凝り、足痛)などが起きた際に、おこなっていいマッサージやツボの箇所が記載されているといいと思う
- ・産婦人科でよくある質問と答えがあると便利だと思います
- ・出産後、ママと赤ちゃんに必要なものをチェックリストにして載せたい欲しい
- ・初産婦と経産婦別に注意事項などの情報が分かりやすく記載されてると助かる
- ・何週かごとに起こる症状例を少し載せてほしい。初産の人にはすごい安心です!
- ・おっぱいマッサージや授乳についての情報

<追加してほしい欄・機能>

- ・一人目のときにどんな経過で産んだか書く欄。『例→一人目の時→切迫早産で出産』など
- ・日記みたいに親が書けるページもあれば良いと思います
- ・日々の事や助産師さんなどに言われた事を書きとめるメモを作ってほしい
- ・妊娠中や、育児中に感じた事できたことなどを記入できる所があると嬉しい
- ・妊娠週数ごとにカラダの変化や気持ちを書いていけるスペースがあったらいいと思う
- ・子供の成長を記録できるところ。何月何日、寝返り成功とか離乳食開始とか
- ・子供の月齢ごとの写真を貼れるスペースがあれば、成長ぶりがわかり、思い出になる
- ・胎児の成長具合を詳しく記す欄があるといい(体重が何グラム増など)
- ・胎児の超音波写真を保管できるページが欲しい
- ・妊婦中の月ごとのページがほしい
- ・出生後に健診以外(病気や怪我)で医療機関を受診した際の記録を記入できる欄が欲しい
- ・緊急で他科・他医療機関にかかったときに、他の病院の医師が書く欄
- ・病院にかかった記録欄を(個々で記入出来る様に)してあると医師に対し何かあった時に説明しやすいと思います
- ・診察後のドクターのコメント、メッセージが欲しい
- ・妊娠中や産後の薬のお薬手帳の欄が欲しいです
- ・携帯でアクセスできるバーコードリーダ付きにして、お母さんの悩みを解決できるよう、携帯で手軽に見れるようにしてほしい
- ・健診の都度、医師から妊産婦が働いている会社に現在の状態や注意事項を知らせる欄
- ・職場の上司や責任者が勤務中に配慮すべきことや制限すべき業務などを書けるページ
- ・持病がある場合担当医が書き込める欄を作ってほしい
- ・バーコードなど書けるページ。病院にも見てもらいたい
- ・超音波検査についても記入して欲しい

<デザイン>

- ・超音波写真をいれるケース(透明のカバーを上からかけるやつ)がほしい
- ・より楽しく妊娠生活を送っていくために、数種類の絵柄やキャラクター
- ・表紙が年寄りぽくて全然可愛くない
- ・何かと荷物が多くなる妊婦・育児生活なのでもっとコンパクトになってほしい
- ・今の母子手帳はスペースが少なすぎて使えない
- ・記録や配布物が保管できるファイルスペースが欲しい
- ・血液検査などの結果を添付する欄や、診察券等を入れられるスペースがあると助かります

<その他>

- ・妊娠中から育児中の心配を取りのぞいてくれるような母子手帳にしてほしい
- ・医師からの意見を書く欄は医師側の手間や時間が負担になると思うし、医師や病院ごとに記入内容に差が出るので良くない

- ・ 質問、不安な事を書くのはいいけど必ず先生達が目を通さないといけない様にしてほしい
- ・ 健診の記録の記入欄が、専門用語で意味が分からない
- ・ 妊娠中の手帳と出産後の子供の手帳と別々にしてみてもいい?
- ・ 浮腫など医師の記入漏れも多い
- ・ カフェインを控えましょうと言われても何にカフェインが入っているか分からず大変だった
- ・ 自分の母子健康手帳をみて、沢山書かれていたり、こんな大事にされてたんやなあと感じるしなんか言葉では残らない気持ちや暖かい思い出になるとおもいます
- ・ 父子手帳をいただきましたが…パパは読むことなく、だから、妊婦、出産、産後のママの身体にもあまり理解がなく、もっとパパ強制参加型の父母子手帳が欲しい
- ・ 妊娠5ヶ月まで体重も尿検査も記入されなくて、寂しい気がします。白ばっかでは

Q4、母子手帳のここがよかった、ここが役立ったというところをおしえてください。(自由記述)

<情報>

- ・子ども成長曲線や、月齢ごとの成長の目安がすごく便利だった
- ・おすわりやハイなどの時期が書いてあったのが良かった
- ・子供が薬を誤飲したときに、とりあえず開いた母子手帳にきちんと相談の電話番号が明記されていて、とても助かりました
- ・誤咽した時の対処方に助けられた
- ・妊婦の栄養のことや、母乳や離乳食など、いろいろ書かれていて、とても参考になった
- ・離乳食の作り方などいろんなことが記載されているし、ちょっとした育児書みたい
- ・抱っこ癖つかないか心配だったけど「大丈夫」と書いてあって安心できたし助かりました
- ・か、病気、誤飲トラブル等、処置の仕方がのってあるため、助かった
- ・働く女性のための出産、育児に関する制度はとても役に立ちました。仕事をしていたので、こういう制度があるんだとわかり、会社に聞いて残業や休日出勤をしないようにしてもらいました
- ・妊娠前までは知らなかった事を知ることができた。病気に関する事や子供の月齢ごとの知識など知ることができたと思う
- ・妊娠中の生活に関する情報、妊婦に関わる法律や制度、申請が必要なお金の話はためになり、自分にとっていろいろ調べるきっかけになりました
- ・初めての妊娠では、全てに目を通して気になる事は何度も確認し、育児書替わりだった
- ・うんちの色は健康のバロメーター。うんちのカラーチャートがあって便利だった
- ・情報が氾濫している現代、何を信じて良いか…正直迷います。ただ、母子手帳は公的機関が発行しているので、内容が信頼できます。ちょっとした情報がとても有り難かったです
- ・夜間救急の所在地と電話番号
- ・当番の医療機関の電話番号が書いてあるのがありがたかった
- ・最後のページの妊娠何週が何ヵ月か一目でわかるところ
- ・妊娠中は家事など大変だからパパも手伝いしましょう。などのパパへのアドバイスがあったのでよかった
- ・両親学級等のイベント情報
- ・マタニティブルーの事が母子手帳に書いてあって、ちょうど産後に気分が落ちたり涙ぐんだりという事があったので、それを読んでおとして気分が落ち着いたのを覚えてます
- ・初めて妊娠した時は、妊娠中や産後の生活情報はすごく役に立ちました。まだ妊娠中なのに産後の事を知りイメージがわき 不安なくお産できた
- ・子供の誤飲のサイズの目安になる穴(スケール)がよかった

<記入欄>

- ・子どもの成長過程をグラフにできて、わかりやすかった