

保健だより



すこやかな妊娠と出産のために妊婦健診を受けましょう

健康な赤ちゃんを産み育てるためには、健康な母体であることが大切です。そのためには妊婦健康診査を定期的に受診し、医師や助産師等の専門家のアドバイスを受けて、積極的に健康管理に取り組みましょう。

Q 妊娠がわかったらどうしたらいいの？

A 子育て包括支援課の窓口にて、できるだけ早めに「妊娠届出」を行ってください。(11週以内を目安に)
 ・窓口では、「母子手帳」の交付、妊婦健診を公費で受けられる「受診券」や保健師や助産師等による相談、利用できるサポートなどの情報提供を受けることができます。

・「受診券」を活用することで妊婦健診費用 14 回分(多胎妊婦の場合は 19 回)の公費による補助が受けられます。

※市では、うるま市子育てアプリ“うる PON”から、妊娠届出と母子手帳の交付の予約ができます。一番下の QR コードからダウンロードしてください。

Q 妊婦健診はどこで受けられるの？どんな検査があるの？

A 妊婦健診を受けられるのは産科のある病院やクリニック、助産所です。

・妊婦健診では、妊婦さんの健康や、赤ちゃんの育ち具合をみるため、**診察や身体測定、血液、血圧、尿**などの検査をします。スケジュールや内容は、こちらを参考にしてください。



期間	妊娠初期～23週	妊娠24週～35週	妊娠36週～出産まで
健診回数	1・2・3・4	5・6・7・8・9・10	11・12・13・14
受診回数	4週間に1回	2週間に1回	1週間に1回
毎回共通する基本的な項目	○健康状態の把握・・・妊娠週数に応じた問診・診察など ○検査計測・・・子宮底長、腹囲、血圧、浮腫、尿検査、体重など ○保健指導・・・妊娠期間を健やかに過ごすための食事や生活に関するアドバイス。 妊娠・出産・育児に関する相談受付。 ※家庭・経済的な個別支援については、市と連携して対応します。		
必要に応じて行う医学的検査	○血液検査 ○子宮頸がん検診 ○超音波検査	○血液検査 ○B群溶血性レンサ球菌 ○超音波検査	○血液検査 ○超音波検査
	○HTLV-1抗体検査(血液検査) ○性器クラミジア		※その他、妊婦さんや赤ちゃんの健康状態によって医学的検査を行う場合があります。

○令和3年のうるま市の**低出生体重児(2,500g未満)**の割合は**14%**で、県**11.1%**、国**9.5%**より高い傾向です。

○特に、妊娠中の**貧血**や**妊娠高血圧症候群**、**妊娠糖尿病**などの病気は、赤ちゃんの発育に影響し、母体の健康を損なうことがあります。**妊婦健診を受ける事で、病気などに早く気づき、早く対処することができます。**

妊娠届出の提出と母子手帳の交付予約はうるPONから



＼母子モ(ポシモ)で検索！／

母子モ 検索

or

