マタ旅 チェックシート

旅行先 : _____ → 近くの病院 (_____)

_____ → 近くの病院 (_____)

旅行期間 : _____ 月 _____ 日 (_____ 週 _____ 日) ~ _____ 月 _____ 日 (_____ 週 _____ 日)

あなたの情報: 妊娠した回数 _____ 回 22週以降の分娩の回数 _____ 回

帝王切開の回数 _____ 回 今回妊娠が体外受精か (はい・いいえ)

いままでのご病気 _____

飲んでいるお薬 _____

最後の健診 : _____ 月 _____ 日 (_____ 週 _____ 日)

赤ちゃんの推定体重 _____ g

赤ちゃんの向き _____ 頭が下 / 頭が上(逆子) / 横向き

指摘されているリスク 妊娠高血圧症候群
 妊娠糖尿病
 切迫早産
 羊水過少
 その他のリスク (_____)

持ち物 : 母子手帳
 保険証
 マタ旅チェックシート
 今飲んでいるお薬

最後に…

- 宿泊施設には妊娠中であることを伝えた？
- 旅行中に受診できる病院はある？
- 普段と体調は変わりない？