



サン・クリニックの産科での取り組み

ママにも、赤ちゃんにもやさしいクリニック



手ぶら入院

陣痛が始まり、いざ入院のとき、なるべく少ない荷物でストレスなくご来院いただけるよう、当院ではパジャマやアメニティ、スリッパなど母子に優しい物を厳選してご用意しております。パジャマは英国王室御用達の"Seraphine"。



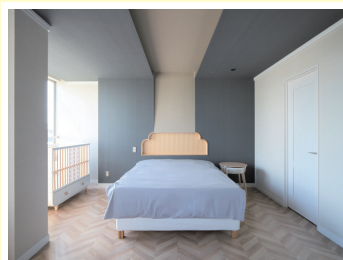
4D超音波とエコー動画システム

当院でご出産される方には無料で4D超音波を行っています。また、エコー動画配信サービスを取り入れており、診察時のお腹の赤ちゃんをスマートフォン、タブレット、パソコン、携帯電話でいつでも見ることができます。ご家族や友人とも共有することができます。



産後ケア入院

退院してから始まる赤ちゃんとの生活が不安な方は、通常の退院日を過ぎても入院を延長することができます。ご自宅に援助して下さる方がいない場合や、産後をゆっくり過ごしたい方にもおすすめです。



赤ちゃんにやさしい病院認定施設

母乳育児支援を推進し、「こころ」と「からだ」の健康の支援を実践している「赤ちゃんにやさしい病院」としてWHO・ユニセフに認定されています。(県内2施設のみ)



母乳育児

母乳育児は本来自然なことです。経験豊かな助産師がその人にあった飲ませ方を丁寧に指導し、母乳育児に関する疑問や悩みにお答えします。



アメニティ

英国王室御用達のルームウェアや英国の農園で栽培されたオーガニック植物を手摘みして作られた"ニールズヤード"などのアメニティをご用意しています。



出生前診断

出生前診断は、NIPTとFTSを行っています。FTSのFMF認定資格を保持している産婦人科医師2名が、出生前診断を行います。NIPT認定施設でもあります。



専属シェフ

医師監修の元、妊娠中や産後の身体にやさしく、美味しい食事を提供しています。備前焼を使用するなど器にもこだわっています。



助産師外来での個別指導とパースプラン

妊婦健診とは別に助産師外来を受けることができます。妊娠中の疑問や不安を丁寧に解消し、出産に向けて助産師と何でも相談できる関係が作れます。

第5回 出産前の準備について



医療法人サン・クリニック 副院長
産婦人科医 萬 もえ先生

オーストラリアの大学院でヘルスケアマネジメントを学び、帰国後医師免許取得。岡山医療センターなどを経て、2018年医療法人サン・クリニック勤務、現在に至る。

ママの出産の疑問にお答えします

べびママサロン



陣痛が怖くて不安です。出産前にした方が良いことなどありますか？

妊娠生活を順調に送られていると、気づいたら臨月！となる方もたくさんいらっしゃると思います。徐々に出産に不安を覚えたり、SNSなど、色々な情報が溢れていますから、陣痛や出産が怖くなったりされるのも無理ありません。

当院では安心してお産に臨んでいただけるように出産前に母親学級や父親学級、骨盤体操や産前ヨガ等のクラスを開催しています。



10分毎におなか張って、痛みが付き始めた陣痛となります。陣痛は痛

みを伴うものですが、呼吸法や事前の準備で随分緩和されるものです。当院ではオリジナルの呼吸法を作成しており、母親学級や臨月の助産師外来で、助産師と一緒に呼吸法を練習することで、陣痛を緩和しながら安全な自然分娩ができます。



産前の会陰マッサージやエクササイズも大切です。特に初産婦さんは会陰が伸びていないので馬油などを使った会陰マッサージをすることが大切で、陣痛の時間を短縮させたり、分娩での傷が入りにくかったりします。一番大切なのは、陣痛前に子宮の入り口を柔らかくして、ある程度開いた状態にすることです。

骨盤エクササイズや産前ヨガを行う

ことで、赤ちゃんの頭がしっかりと下がってきり、子宮口も柔らかくなり、陣痛が来た時に子宮口がある程度開いていて、頭がしっかりと下がっていればお産は順調に進行し、陣痛の時間は短く済みます。ご出産されたことのある妊婦さんは、お一人目の出産の半分、もしくはもっと短い時間で陣痛は済みませ。産道も一度形成されていれば、お産もスムーズで短時間なことが多いです。



不安を抱えたまま出産を迎えると、リラックスしたお産はできません。現代社会は色々な情報にあふれていますが、SNSなどの個人的な意見ではなく、医師に質問をしてください。正確な医療情報をお伝えすることができます。ぜひ出産前にしっかりと準備をして、安心安全なお産を目指してください。

不安を抱えたまま出産を迎えると、リラックスしたお産はできません。現代社会は色々な情報にあふれていますが、SNSなどの個人的な意見ではなく、医師に質問をしてください。正確な医療情報をお伝えすることができます。ぜひ出産前にしっかりと準備をして、安心安全なお産を目指してください。

サン・クリニック産後ケアセンターでは、サン・クリニックでご出産なさった方には、standard部屋料金が滞在中ずっと無料や、お部屋の無料アップグレード、長期滞在による割引サービスなどの特典があります。
詳細はHPをご覧ください <https://www.sunclinicppcc.com/>



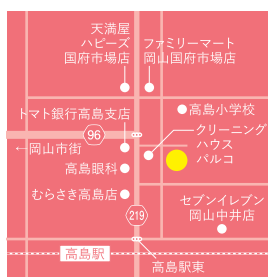
医療法人サン・クリニック 産科・婦人科・小児科

☎086-275-3366
〒703-8205
岡山市中区中井二丁目15番13号
<https://sunclinic.org/>



●診療時間(産科・婦人科)
※祝祭日・年末・年始・お盆も休診日となります。

	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	—
午後 15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	—



太陽の光と自然に包まれた癒しの環境

ここサン・クリニックは、緑豊かで美しく、自然にとけ込んだやさしい雰囲気につつまれています。ご来院いただいた皆様に、ゆったりとやすらいだ時を過ごしていただけるよう、きめ細やかな空間づくりを心がけています。

ママのお悩み大募集!

出産に関するお悩みを、サン・クリニックの産科の先生に相談してみませんか? 採用されたご相談は、次回以降の当ページにて掲載させていただきます♪

【応募方法】ホームページよりご応募できます。右のQRコードからHUG TOWN内「べびママサロン」のページへ移動し、必要事項(メールアドレス、お名前、ペンネーム、ご質問)をご入力の上お送りください。

