あなたの命を救います：

出産後の病気の症状への対処

ほとんどの女性および出産を経験した人々は出産後、問題なく回復します。**しかし、産後1年間は誰もが合併症を引き起こす可能性を持っています。**こういった産後の病状を認識できるように学び、何をすべきかを知ることで、あなたの命を救うことができます。

直感を信じてください。
気分が悪いときや、疑問や懸念があるときは、必ず受診してください。

次のような場合には**救急車を呼びましょう：**	❑ **胸の痛み** ❑ **呼吸困難や息切れ** ❑ **発作** ❑ **自分自身や他の誰かを傷つけたくなる場合**
次のような場合には、**かかりつけ医に電話しましょう：** （1つでも症状が当てはまる場合） （かかりつけ医に電話が繋がらない場合は、救急車を呼ぶか、救急センターに行きましょう）	❑ **出血、1時間にパッド1枚を通して濡らしてしまう、または卵かそれ以上の大きさの血餅** ❑ **切開部が治癒しない** ❑ **足が赤くなるか、または腫れていて、痛いか、または触ると暖かい** ❑ **体温が38°C（100.4°F）以上ある、または36°C（96.8°F）以下である** ❑ **薬を飲んでも頭痛が改善しない、または視界がぼやけるようなひどい頭痛がある**

救急隊員やかかりつけ医には次のように伝えてください：

「私は _____ に出産し、現在
（何月何日）
_____が表れています。」
（具体的な病気の症状）

こちらをスキャンすると、さまざまな言語の資料をダウンロードできます。

こういった出産後の病気の症状はすぐに治療を受けないと、命に係わる場合があります。以下にその理由を挙げます：

- **胸の痛み、呼吸困難や息切れ**（呼吸に関するトラブル）は、肺の血栓や心臓の問題に起因する可能性があります
- **発作**は子癇という状態になっている可能性があります
- **自分自身や誰か他の人を傷つけたくなるのは**産後鬱のせいかもしれません
- **重度の出血、**1時間にパッド1枚以上を濡らしてしまう、あるいは卵かそれ以上の大きさの血餅ができるのは、出産時の出血のせいかもしれません
- 会陰切開や膣裂傷、または帝王切開の**切開部が治癒せず、充血や膿が増える**のは感染症の疑いがあります
- 脚のふくらはぎに**充血、腫れ、熱、痛み**がある場合は血栓のせいかもしれません
- **体温が38°C（100.4°F）以上ある、または36度（96.8°F）以下であり、**膣からの出血や分泌物が悪臭を放つ場合は感染症の疑いがあります
- **非常に強い頭痛、視力の変化、腹部右上部の痛みは**高血圧か産後の妊娠高血圧腎症の疑いがあります

本プログラムは、出産時に死亡する女性がいない世界の実現を目指してMerckが10年間にわたり5億ドルを投資し取り組んでいるMerck for Mothersを通して提供されています。Merck for Mothersは米国とカナダ以外ではMSD for Mothersとして知られています。

AWHONNは、本資料の翻訳について商業的サポートを提供してくれたKenvueに感謝いたします。

©2023 Association of Women's Health, Obstetric, and Neonatal Nurses. 無断複写・転載を禁じます。患者の教育目的にのみ、無制限の印刷コピーを許可します。それ例外の複製の要求については、permissions@awhonn.orgにお問い合わせください。

AWHONN
PROMOTING THE HEALTH OF WOMEN AND NEWBORNS