

Per la gravidanza ed il parto in buona salute

すこやかな妊娠と出産のために

イタリア語版



Presentare l'annuncio di gravidanza al comune il più presto possibile!

早期に妊娠の届出をしましょう!

- In seguito alla conferma della gravidanza, presentate l'annuncio di gravidanza allo sportello del vostro comune di residenza.
窓口に気づいたら、お住まいの市町村の窓口にてできるだけ早く妊娠の届出を行ってください。
- Allo sportello, vi verranno rilasciati il libretto di maternità ed i coupons da presentare al check-up per usufruire del sussidio della assistenza sanitaria. Inoltre potrete ricevere servizi di consulenza, informazioni dell'educazione alla nascita per le future mamme e i futuri genitori, ed altre relative informazioni dal personale sanitario.
窓口では、母子健康手帳の交付とともに、妊婦健診を公費の補助で受けられる受診券や、保健師等による相談、母親学級・両親学級の紹介、各種の情報提供などを受けることができます。



Fare ad ogni costo i check-up maternità!

妊婦健康診査を必ず受けましょう!

- Durante la gravidanza, dovrete essere molto più attente per le vostre salute del solito.
妊娠中は、ふだんより一層健康に気をつけなければなりません。
- Come minimo andate a fare il check-up nelle istituzioni mediche, una volta al mese (più di due volte al mese dalla 24° settimana in poi, ed una volta alla settimana dalla 36° settimana in poi).
少なくとも毎月1回(妊娠24週以降には2回以上、さらに妊娠36週以降は毎週1回)、医療機関などで健康診査を受けましょう。



Che cosa è il check-up di maternità?

妊婦健康診査とは

- Le variazioni dei dati antropometrici, gli esami del sangue e urine, e la pressione del sangue per verificare lo stato di salute della madre e la crescita del suo bambino.
妊婦さんの健康ぐあいや、お腹の赤ちゃんの育ちぐあいをみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。
- Sarebbe importante sottolineare che, le malattie tipo: **anemia, ipertensione gestazionale, e diabete gestazionale** hanno effetto sulla crescita del bambino, e potrebbero danneggiare la salute della madre.
特に、貧血、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病などの病気は、お腹の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。
- Facendo i check-up di maternità, si possono diagnosticare ed eventualmente curare le malattie ai primi stadi.
妊婦健診を受けることで、病気などに早く気づき、早く対応することができます。

Fare attenzione a seguenti sintomi

気をつけたい症状

Se dovete notare i seguenti sintomi, consultate subito il vostro medico!

次のような症状が出たら早く医師に相談を!

<input checked="" type="checkbox"/> Gonfiore むくみ	<input checked="" type="checkbox"/> Stipsi persistente がんこな便秘
<input checked="" type="checkbox"/> Emorragia dai genitali 性器出血	<input checked="" type="checkbox"/> Perdite bianche insolite 普段と違うおりもの
<input checked="" type="checkbox"/> Dolore addominale 腹痛	<input checked="" type="checkbox"/> Forte mal di testa 強い頭痛
<input checked="" type="checkbox"/> Febbre 発熱	<input checked="" type="checkbox"/> Deperimento notevole a causa della nausea つわりで衰弱がひどい
<input checked="" type="checkbox"/> Diarrea 下痢	<input checked="" type="checkbox"/> Irritabilità イライラ
<input checked="" type="checkbox"/> Vertigini めまい	<input checked="" type="checkbox"/> Forte batticuore 動悸が激しい
<input checked="" type="checkbox"/> Nausea/vomito はきけ・嘔吐	<input checked="" type="checkbox"/> Quando non si sentono più i movimenti fetali che si sentivano prima 今まであった胎動を感じなくなったとき
<input checked="" type="checkbox"/> Forte senso di ansia 強い不安感	



Il Logo di Maternità マタニティマーク

Il Ministero delle Salute, del Lavoro e del Welfare promuove "l'ambiente amichevole per le donne in gravidanza" tramite il Logo di Maternità.
厚生労働省では、マタニティマークとおした「妊産婦にやさしい環境づくり」を推進しています。

