

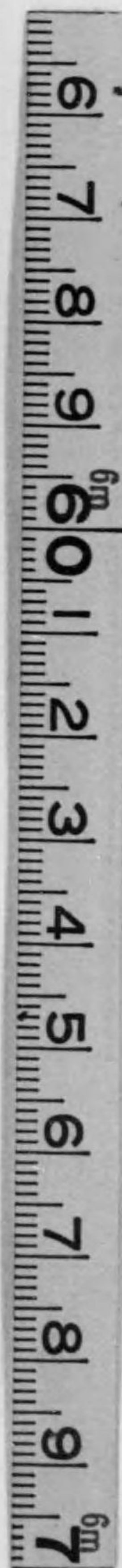
お産の前後

内務省衛生局

国立国会図書館

56

174



始



ト210J-7

56  
174

# 後前の差



局生衛省務内

表紙圖解

此圖は明治四十二年より大正七年に至る拾ケ年平均の生産、死産及び乳兒（一歳未満の者）死亡の割合を示したものである、  
 出生（生産と死産とを合し）を圓の全體とすれば  
 生産は九割二分弱（乳兒死亡は之の一割六分弱）  
 死産は七分強

レ  
 寄贈本

「お産の前後」は保健衛生調査會委員醫學博士磐瀬雄一氏に依囑し母體の衛生上及兒童の保健上最も大切な産婦の心得方並初生兒の保育方等に付注意すべき事項を編纂したるものである

大正十年十月

内務省衛生局

大正  
 10.11.3  
 寄贈

# お産の前後目次

## 第一 妊婦の心得

一	禁物	三
イ	過度の運動	三
ロ	腹圧を加へること	五
ハ	體の下部の冷え	五
ニ	骨盤内に充血を起すやうなこと	六
ホ	高く手を伸ばすこと	六
ヘ	感冒、胃腸の故障を起すこと	六
二	飲食物	七
三	衣服	八



内海書齋主印



第二

産婦の心得

..... 一七

一

消毒の必要

..... 一七

二

お産の始まる兆

..... 一八

三

お産の支度

..... 二〇

イ 産婆、醫師、手傳

..... 二〇

ロ お産に必要な材料と器具

..... 二一

四

産室

..... 二二

五

産床

..... 二三

六

産衣

..... 二四

第二

褥婦の心得

..... 二四

一

産褥室

..... 二五

二

就褥

..... 二六

四

イ 着物

..... 八

ロ 帯

..... 九

ハ 腹帯

..... 九

イ 運動

..... 一〇

ロ 散歩

..... 一〇

ハ 屋内の運動

..... 一一

ハ 車、船などに乗ること

..... 一一

ニ 激しい運動

..... 一三

五 便通

..... 一三

六 小便

..... 一四

七 身體の清潔

..... 一四

八 乳房

..... 一五

九 心の持ち方

..... 一五

三	衣服と寢具	二八
四	腹帯	二八
五	心の持ち方	二九
六	飲食物	二九
七	乳を遣ること	二九

第四 初生児の保育

(甲)	初生児に起る生理的の變化	三〇
一	臍帯脱落	三一
二	初生児黄疸	三一
三	乳房の腫脹	三一
四	表皮落屑	三一
(乙)	初生児保育の注意	三二

一	沐浴	三二
二	衣服	三四
三	襪襪	三五
四	寢床	三六
五	乳の遣り方	三七

お産の前後

内務省衛生局

第一 妊婦の心得

妊娠は病氣ではなく生理的の變化であるから、妊娠したからといって急にふだんの暮し方を改める必要はない。しかし、婦人は妊娠のために體ぢゆうに種々な變化が現れるもので、妊娠中一番苦しく感ずるのは、初めの三箇月と終りの三箇月との二度である。そしてその初めには、毎朝氣持のわるい感じや胸の悪いやうな感じがあり、食氣がなく、唾の出やうが多くなり、度々小便に行きたくなるなど、つまり「つはり」といふことが起つて来る。それは大抵どの妊婦にも多少現はれるので、これがあれば妊娠したといふことが素人にも分る位なものである。又妊娠の末期には、子宮が腹の中

で膨れて腹の中の胃や腸を上へ押し上げ、神経や血管までも壓しつけるので、いろいろな支障が起る。例へば、運動の差支(足がつれるとか、お腹の中の子供が下に降る様な気がするとか)腹の皮の張りきつた感じ、股から下の浮腫、青筋の盛り上ること(静脈瘤)、胃の具合の變なこと(食事をするとすぐ胸につかへる様になること)など起つて来る。かういふ風に體の調子が變ることは變るが、その程度はごく軽いものである。しかし平生なら何でもないやうな一寸した不養生でも、妊婦にはすぐ影響するものであるから、次に述べてある養生法を守り、その人のふだんの習慣に従ひ、唯度を過ぎないやうに氣をつけて體をつかふことが大切である。病氣ではないから養生はいらつたり、流産や早産を起して折角出来た子供をなくしてしまつたり、死なういまでも弱い子供が出来るといふやうな結果になる。尙又この流産のために子宮の病氣などを残すことが度々あつて、一生子が出来ないやうになる婦人も少くない。よし幸に妊娠しても、とかく流産するといふ習慣がつくことがある。さういふ風に、子宮病で一

苦しんだり、子供が出来なかつたり、出来ても弱かつたりしては、自分は勿論生れた子供にも一生の不幸である。

一 禁物(妊娠中してならないこと)

イ 過度の運動  
(1) 旅行

妊娠中には旅行してはならない。距離の長短。一般に遠方への旅行が害のあることは、いふまでもないが、非常に遠い處を汽車や汽船で旅行しても、少しも妊娠に影響しない時があるし。その反對に近い處への二三時間の汽車旅行でも流産することがある。同じ人についても時によつてかういふ風に違ふことがあるので、以前妊娠中に旅行したが何の障りもなかつたからといつて、又もや妊娠中に旅行するといふことは、必ずしも良くない。妊娠の時期。妊娠の前半期、即ち五月目までと、その後半期即ち六月からとでは、どちらが旅行によいかといふ問題はよく起ることであるが、どちらにしても旅行しな



四  
い方がよい。妊娠して間もない時には、子宮がまだ大きくならず、腹もまだ膨れず、胎児の胎動も分らないので、腹の中に子供がある即ち妊娠してあるといふ氣があまりしないし、平生と體の具合もさう違はない。そこで、さうかく自分の體をいつもの通りに扱ふから、自然に無理をすることも出来、その爲に流産することが少くない。それから妊娠の後半期になると、胎動が自分に分つて来る上、腹もせり出して来るから、妊娠の運動は緩慢になり、前半期のやうに無理をすることがなくなる。しかし、轉び易くなり、汽車などの揺れ方をひどく感じるから、やはり旅行には都合がわるい。さういふわけだから、妊娠中の旅行は、時期や距離がどうといふよりも、一般に慎まなくてはならないもので、どうしても止むを得ない場合の外は、しないやうに心がけるべきである。

(2) 坂路、階段の昇降

體が上下に揺れるのは、水平に前後左右に揺れるのよりも影響が甚だしいから、坂路の往來、階段の昇降は避けるが良い、萬已むを得ん場合にも用心が肝腎である。

毎日幾度も梯子段を昇つたり降りたりしなくてはならないやうな「二階すまひ」は、成るべく避けたいものである。

其他我國の婦人には稀であるが、馬に乗つたり舞踏するやうなことは宜しくない。

ロ 腹壓を加へること(下腹に力を入れること)。

- (1) 重荷の上げ下げ又は持ち歩き。
  - (2) あげにくい筆筒の抽斗の取扱。
  - (3) いきみ(便秘など)でいきむ場合。
  - (4) 長い間しやがんでゐること。
  - (5) たくさんの洗濯、張物などをすること。
- ハ 體の下部の冷え(下腹、腰、足の冷えること)。
- (1) 冷水浴。
  - (2) 海水浴。
  - (3) 寝びえ。

(4) 寒い時冷たい部屋で長い間腰を掛けてゐること（殊に蒲團のない板の腰掛などに）。

(5) 寒い日の洗濯、張物など。  
ニ 骨盤内に充血を起すやうなこと。

(1) 座浴（こしゆ）。

(2) 脚湯。

世間でよく腰や下腹の冷える場合に腰湯をつかふが、その爲に流産や早産をした例が澤山ある。注意すべきことである。

(1) 蚊帳の釣手の掛け外し。  
ホ 高く手を伸ばすこと（胎盤が剥れる様な危険がある）。

(2) 高い棚などに物を上げ下しすること。  
高い所に掛けてある柱時計を巻くこと。

へ 感冒に罹り又は胃腸の故障を起すこと。

### 二 飲 食 物

妊娠は生理的のものであるから、妊娠したからといって強ひてふだんの習慣を破るには及ばないが、妊娠中は胃腸の故障を起しがち故、胃腸の具合に注意して故障を起さないやうにしないでならない。

一般に食べてはならないもの。

- (1) 消化のわるいもの。
- (2) ふだん食べ慣れないもの。
- (3) 刺戟のひどいもの（芥子、蕃椒、山葵など）。
- (4) アルコール性の飲みもの。
- (5) 濃いお茶、コーヒーなど。
- (6) 冷い食べもの、氷水など。

昔から妊婦の避くべき食物として、各地方にいろいろのものがいひ傳へられてゐるが、特に妊娠に直接に悪い影響を及ぼすやうなものは殆どない。といつて、かういふ

ものを氣味をわるがりながら強ひて食べる必要もないし、老人などがやかましくいふのに無理に食べる必要もない。これを食べないでも他にいくらか食物があるのであるから、さういふ場合には寧ろ食べない方がよい。つまり食物に關する必要な注意は、胃腸をそこなはないやうにすることである。

又妊娠の後半期にはお腹がはり過ぎる程食べないやうに氣をつけることが大切であるが、然し一體この時分には妊婦の食氣が進むものであるから、無理に三杯の飲を二杯にする必要はない。

三 衣服

イ 着物

着物は氣候に應じて選ぶべきことはいふまでもないが、尙注意すべき點は、(1)なるべくゆつたりしてゐて、下腹や胸を締めつけないこと、(2)その上、温みを保つに適することである。殊に冬になつたら、腰から下を冷さないやうに、腰巻(フランネルなど)一枚ぐらゐを多く重ね、又は股引を穿くやうにすべきである。

ロ 帯

幅の廣い、重くて硬ばつた帯で腹や胸を締めつけることは、妊娠中には殊に害がある。幅の狭い、軽くてしなやかな帯を選んで用ゐるがよい。さういふわけで、儀式や交際場裡などへ盛装して出掛け、長い間きちんと坐つてゐるやうなことは、體によくない。

ハ 腹帯(いはた帯)

昔、胎内の子があまり大きくならないやう、そしてお産が軽くすむやうにといふので、「いはた帯」といつて幅の狭い布を腹に固く巻きつけておく風俗があつた。しかし、いくらお腹を締めつけても胎兒が發育を妨げられるわけのものではない。全くこれは害があつて益がないことであるから、腹帯には決して細い布をきつく緊めてはいけな。腹帯をするのは、(1)腹を冷さないため、(2)腹の皮に張りを持たして胎兒の位置を保つためであるから、これを一番簡單に且有効にするには次のやうにすべきである。妊娠五月目の頃から、夏ならばさらし木綿を木綿幅のまゝ、又冬ならば同じ幅のフ

ランネルなどで下腹を二巻ぐらゐ巻き、その端を安全ピンで二ヶ所ほど留めておくがよい。

この外種々の腹帯が出来てゐて、販賣されてゐるが、下腹をつよく緊めるやうなものを用ゐてはならない。

四 運 動

イ 散 歩

妊娠中には程よく運動することはごく必要で、殊に家の外へ出て散歩するなどは至極適當である。きれいな空気を吸ひ、あをくとした空の下に麗かな日の光を浴びながら愉快な心持で散歩をすれば、食物の消化もよくなり、便通も整ふわけで、妊婦の體に頗るよい影響を與へるものであるから、出来るだけやるがよい。

しかし、妊娠の後半期になると、腹がたいぶ膨れて前方にせり出すので、體の重みが前方に偏つて来るから、歩行の際につまづいて倒れ易い。この點を大いに注意しなくてはならない。それ故屋外散歩をする場合には、

一 草履のやうな軽い薄い履物をはくこと。

二 雨降りや、ぬかるみの中などを高い足駄で外出しないこと。

三 散歩の時間は、家に歸つて後疲れを感じない程度がよい。三十分から一時間ぐらゐが丁度よい。又散歩の途中で、腹が張るやうな感じが起るときは、歸つて静かにしてゐるが肝要である。

用たしなどに出歩くときにも散歩する場合と同じ心懸けであつて欲しい。

ロ 屋 内 の 運 動

家庭の中で平生慣れてゐる仕事、例へば部屋の掃除などをするのは、少しもわるいことはない。ミシンやピアノ、琴などの音楽等は、妊娠の後半期には止めた方がよい。それから裁縫も長くつめてやつてはいけない。

ハ 車 船 などに 乗 る こと

それは一般にいへば、いけない。砂利を敷いた道や凸凹のある道を通るとか、電車線路を横切るとかするとき、

上下に體が揺れるから、妊婦のためにはよくない。この點は却つて電車の方がよいが、電車にも缺點がある。電車は(一)乗り降りに注意を要すること、(二)混雜のため坐席を取りにくいから、止むを得なければ俾でそろく行くがよい。

電車 平かなレールの上を走るものだから、俾よりも揺れ方が少い。従つてその乗り降りに氣をつけて、混み合はないのを選んで乗り、腰を下すことが出来るやうならば、乗物としてはよい方である。しかし、混雜のひどい電車の有様では、どうも勧めかねる。

自動車 道の凸凹が烈しいから、従つて揺れ方がひどい。急がずに行かせるのが必要である。

汽車 前にも述べたやうに、長い道程の旅行はいけけない。萬止むを得ず旅行しなければならぬ時には事情さへ許せば寢臺車に乗るのが良い。これでも安全といふわけにはゆかない。寢臺ならば上段よりも下段の方が揺れ方が少いし、昇り降りに便利だしするから、これを選ぶがよい。普通の汽車ならば車室の中央が前後よりも揺れ方が

少いから中央の坐席に乗がよろしい。

汽船 一般に車よりもよいが、船に慣れない者や船に弱い者にはいけけない。

### ニ 烈しい運動

我國の婦人には未だ稀ではあるが、舞踏や馬に乗るようなことや長い間の旅行や重荷の上げ下げなどは、慎むべきである、其の外凡て烈しい運動は避くべきである。

### 五 便通

便通はよく整へて、少くとも二日に一回は十分にあるやうにするがよい。殊に妊娠二月目三月目の「つはり」の起る頃には、便通がよくあるやうにしないと、「つはり」の度が強くなるから、氣をつけないといけけない。

若し便秘の傾があるなら、(一)適度の運動、(二)毎朝一杯冷水又は冷し牛乳を飲むこと、(三)毎朝時をきめて便所に行くこと、(四)毎食後に果物を食ふこと、などを試みて、なるべく通じ薬は使はないやうにするがよい。

それでも効果がなかつたら、浣腸(石鹼水又はリスリンで)をするがよい。いよく

仕方がなかつたら、信用のある醫者に相談して、通じ薬を貰ふが肝要である。強い通じ薬を使ふと流産を促すやうなことがあるから、氣をつけなければいけない。

### 六 小便

これは常々氣をつけてゐて、時々尿の検査(殊に蛋白尿検査)を怠らないことが肝要で、殊に脚や顔に「むくみ」があるときは是非なくてはならない。蛋白尿が出るときには、子癩といつて妊娠中又は分娩の時に急に全身に痙攣を起し、親も子も共に死ぬやうな恐ろしい病氣になることがある。

妊娠の初に小便の出さうなのを永くこらへてゐた爲に、膀胱に小便が一ぱい溜り、それから子宮の位置異常(後屈症)を起すことがあるから、注意すべきである。

### 七 身體の清潔

妊婦の入浴は、毎日でもよろしい。又不潔になり易いところは時々微温湯で洗ふがよい。その場合に湯を體內に入れてはならない。腰湯は前にも述べたとほり、流産の懼があるから、大禁物である。

### 八 乳房

産後子供に乳をやるのに、乳嘴やその周囲の皮膚が弱いため、殊に初産の人などにはそこに傷が出来ることがある。その傷は小さくても乳をやる時非常に痛むもので、又その小さな傷口から化膿菌がはいつて乳房を腫らし膿をもたせるやうなことがあるから、豫めその部分の皮膚を丈夫にしておくことが必要である。それには妊娠中毎日一度つゝ指先をきれいにしておいて、きれいな水又はアルコールを汚れない布につけてよく拭ふがよい。又乳嘴の發育がわるいとか、或は乳房の中に乳嘴がおち込んでゐるとかいふ場合には、先づ石鹼でよく手を洗つてから、きれいになつた拇指、食指、中指の三本でそろ／＼と摘み出すやうにする。

### 九 心の持ち方

おちついた心持であることが大切である。あまり氣をつかひ、心配をしたり腹を立てたり悲しんだりするのは、大層害がある。小説を讀んだり、活動寫真や芝居や寄席へ出かけるのは、この點からもよろしくない。

充分眠つて心を休めることが必要である。

妊婦によつては、殊に初産の人によくあることであるが、お産のことを頻りに心配して、もしや難産ではあるまいか、或は不具の子が出来はしないかなど、取越苦勞をする人がある。しかしお産は、生理上の自然の成行で決して病氣でも何でもなく、「案じるよりは生むが易い」と世間でいふとほりであるから、むだな心配はするだけ損である。

又お産やその前後の身の持ち方について、昔からつまらない迷信があり、くだらない舊弊が行はれてゐるが、皆取るに足りない事ばかりだから、そんなことに氣を揉んでくよ／＼するのは、莫迦げたことである。

いふまでもなく、凡て體の節制を守るといふ心懸が大切である。妊娠中の不節制は往々流産、早産の原因となることがある上に、妊娠の末でお産が近いときなどには、そのために産褥熱を起すやうなことがある。

## 第二 産婦の心得

### 一 消毒の必要

お産から命をおとす人のうち、その全體の四分の三といふものは産褥熱が原因となつたもので、難産のために死ぬといふのは全體の四分の一にしか當らない。さういふ恐ろしい産褥熱は、殆ど悉くお産のとき外から病原となる細菌がはひつて來た爲に起るのである。即ちお産の時に使ふ綿や器械などの消毒が不十分なため、それに附いてゐる細菌が子宮の中に入り込んで、病氣を起すのである。何故お産の後に起り易いかといふと、産後には子宮の内側に附いてゐた胎盤と卵膜との剝れた痕が創になつてゐるし、子供が生れ出るとき産道などに擦過傷や裂目が出来、そしてその傷の面から傷液(即ち惡露)が絶えずにじみ出るのである。これは血液と漿液で、細菌の發育には詔向の培養液である。その上、子宮内や産道なども共に三十七度以上の温度で、細菌の發育には至極都合のよいものである。一旦入り込んだ細菌は非常に上等な培養

液の中に入れられて、丁度具合のよい温度で暖められるわけであるから、ごくお詔向で發育せずにはゐられない理である。且子宮やその周圍には、妊娠中胎兒を養ふために必要な血管や淋巴管が平生よりもすつと多く備はつてゐるから、微菌が一度子宮の中で發育増殖した上は、忽ちこの増殖した血管又は淋巴管の中に入り込み、それを通つて全身に行き亘り、殊に隣り會つてゐる腹膜に傳はつて、重い産褥熱を惹起し、殆ど悉くの褥婦を死なせるのである。たまた死を免れる者もあるが、あとに子宮の病氣を残し、一生不愉快に暮すやうなことになる。その上褥婦は、普通の婦人と違ひ、お産のために體がいくらか弱つてゐるから、微菌などに取りつかれ易く、一旦取りつかれると重い病症になりがちなるものである。

かういふわけであるから、お産のときに使ふものは凡て清潔にし、消毒を嚴重に施すことにしなくてはならない。

## 二 お産の始まる兆

お産の始まるときは、どんな具合かといふと、お産をしたことのある婦人なら前回

の經驗によつて大概分るが、まだお産をしたことのない初産の婦人では、様子がよく分らない。そのために急に「あわてして、お産の準備などが間に合はないで困ることがあるし、又その反對に、早く「さわぎ」過ぎて困ることがある。

一體妊娠十月の末頃になると、一日に二三四回下腹が張つて来るやうに感じる。これがお産の前になると、だん／＼その回數を増して来るが、まだ至極不規則である。ところがこの下腹の張り方が一定の時を切つて、規則正しくやつて来る。即ち例へば一時間に二三回といふやうになり、且その張り方がだん／＼強くなつて、人によつては痛むやうに感じるまでになれば、それはお産が始まつたしである。この時に少量の血が粘液にまじつて出て來ることがある。かうなると、お産が始まるのであるから急いで産婆を呼び迎へ、産床に就いてお産の支度をするやうに手配しなくてはならない。

普通にはお産の始まるのは、今述べた下腹の張り、即ち陣痛の反覆からである。しかし時としては、かういふ下腹の張りが少しも起らず、何ともないのに僅かの血又は



水のやうな液が前に出たりすることがある。さうすれば、やはり次第に下腹が張つて来て、ちきにお産になるものである。かういふ時には、静かに産床に就いてお産の用意をし、すぐに産婆を迎へなくてはならない。殊にその血の出やうが多かつたり、水様液があまり多過ぎるときは、異常のお産(前置胎盤・早期破水)のことがあるから、殊に注意しなければならない。

### 三 お産の支度

#### イ 産婆、醫師、手傳

「案じるよりは生むが易い」といふ諺のとほり、普通のお産なら何でもないので、確かな産婆がついてゐれば、それを信用して何も心配する必要はない。お産が始まれば、先づ第一に産婆を迎へることは申すまでもない。しかしお産といふものは、その始から終までの間に急にいろ／＼な變つたことが起らないとも限らないので、例へば急に大出血などをするところがあるから、さういふ場合に醫師がゐないと、産婆だけではどうすることも出来ない。かういふ事は、めつたにあるのではないが、萬一の場合

の用心のためには、醫師に立合つて貰ふにこした事はない。さういふわけで、設備の整つてゐる産院でお産するといふことが最も安全なやり方である。

お産のときには、産婆や醫師の外にはその産室に用のない人を入れず、その家の勝手をよく知つてゐる相當の年配の婦人一人だけに産室の中で産婆の差圖どほりに手傳ひをさせることが必要である。

#### ロ お産に必要な材料と器具

分娩用具として一揃箱にはひつてゐるものを藥屋又は醫療器械店などで賣つてゐるが、あまりそれを信用し過ぎてはならない。産婆又は醫師とよく相談することが必要である。殊にお産のとき直接に使ふ繻帶材料、ガーゼ、脱脂綿などは、充分消毒したものでなくては危険であるから、産婆又は醫師に頼んで完全に消毒したものを用ゐなくてはならない。

昔は「産ぼろ」といつて、使ひ古した布片をとつてお産のとき使つたものであるが、かういふ「ぼろ片」には無数の微菌が附いてゐるから、危険至極である。こ

れを使ふことは絶対にいけない。

その他に用意しておくべきものは、産婆又は醫師が消毒に用ゐる中位な大さの瀬戸引手洗鉢三箇（二個は温湯用で、一個は消毒薬用、この方はどうしても瀬戸引でないといけない。他のものでは消毒薬を入れると腐蝕することがあるから）、挿込便器、産湯の盥、寒い時候のときには湯タンポ二三箇、子供を包める位な大さの入浴用タオル二三枚、それから赤ン坊の着物と産婦の産後着代への着物（寒いときは豫め温めておくこと）などで、勿論子供の蒲團やおむつなどは、手落なく前々から用意しておかなくてはならない。

#### 四 産室（お産の間）

閑静で清潔で空気の流通がよく、明るくてなるだけ広い、少くとも八畳敷ぐらゐの座敷が必要で、出来るなら次の間があると尙都合がよい。又お産の時や産湯の時には湯水を澤山使ふから、なるべく湯水を運ぶ便利のある場所がよい。又産後の床に就いてゐる間は、便器で便を取ることは兎角具合のよくゆかないもの故、産婆又は醫師の

許しが出て、少し位起きてても差支ないやうになつたら、便所が近ければ早く用便が出て来るわけで、その邊を考へて産室は便所に遠くない所がよい。尤もあまり近過ぎて臭氣が来るやうな所は勿論いけない。

夜は明りが充分座敷ぢやうに行き直ることが必要で、若し又出来るなら室内の温度を攝氏二十度内外に保ち、戸の隙からの賊風を防ぎ、いらぬ家具や匂の強いものは部屋の中におかないやうにするがよい。

#### 五 産 牀

寢床は普通の蒲團でよろしい。あまり柔かな厚い蒲團は、腰が深く落ち込むから、産婆がお産を取扱ふに不便である。それで蒲團は却つて厚くない方が都合がよい。その蒲團の上に白い敷布を敷き、その上に廣い油紙又はゴム布を敷き、尙その上に産婦の腰の下へ二三尺四方の腰蒲團を當てがふ。これはお産の時に敷蒲團がよごれない爲である。腰蒲團の作り方は、その裏を油紙にし、表をガーゼにして、間に脱脂綿を入れ、二三尺四方に拵へる。これを敷いてゐると、お産の時に出る羊水や血などがこれ

に吸ひ込まれるわけである。

産床は産室が廣ければどちらからでも行かれるやうに座敷の中央に敷き、狭い座敷ならば、産婦の頭を一方の壁に向け、左右と足の向いてゐる方との三方から産床に近づけるやうにするがよい。いつも足を明るい方に向けるやうに床をとる。

掛蒲團もお産の間は軽くて薄いものがよい。尤もお産がすめば、厚い温いのと取換へる。

### 六 産 衣

産衣はゆつたりした薄い單衣のやうなもので宜しい。尤もこれもお産が済んだら他の温めた厚いのと着換へさせる。

### 第三 褥婦の心得

お産の後は體も心も共に疲れてゐるし、前に述べたやうに、子宮生殖器には新しい

創が出来てゐる。この創がなほり、尙妊娠のために變化して大きくなつた子宮などがもとの通りになるのには、六週間から八週間の日數がかかるのである。殊に初めの三週間は非常に大切な時で、この間に何か不養生をすると取返しのつかないことになる。甚だしいのは産褥熱を起して死ぬのがあるし、或は又婦人病を残して後にまでも苦しむやうなことがある。だから産褥にある時には殊に攝生に注意しなくてはならない。そしてこの産後の身の持ち方の肝腎な點は、一に身體の清潔(消毒)といふことと、二に心身の安靜といふことである。

### 一 産 褥 室

産室が引續いて産褥室となるのが普通であつて、前に産室について述べた注意はここにも當嵌る。即ち相當の廣さがあり、靜かで日當りや風通しがよく、不用の道具がおいてないことが必要である。尙部屋の中の温度を調節して丁度よい位にすることが出来れば結構である。

特に注意しておきたいのは、部屋が明るくなくてはならないことで、産後雨戸を締め

切り座敷を暗くしておくといふ昔からのわるい習慣が今でも往々行はれるけれども、これは間違つてゐるのであつて、さういふ風習は全く止めなくてはならない。又空気の流通をよくするといつても、産後はとかく感冒を引きやすいから、賊風をよく防がなくてはならない。

二 就 褥

お産の後は少くも一週間、出来るなら二週間床に就いてゐるべきものである。

初め三日間は必ず仰向に臥し、その後は日立がよければ横向に寝てもよい。しかし片側だけを長く下にしてゐるに、必ず左右交代に寝がへりすることが肝要である。そして、少くも一週間は、食事をしたり、乳を遣つたり、大小便をしたりする場合にも、決して床の上につき上つてはならない。一週間を過ぎると、産婆又は醫師の許しを得れば食事や便通や乳を飲ませる際に床の上にするもよろしい。しかし最初は、なるべく坐つてゐる時間を短くし、別に變つたこともないやうなら、次第に時間を長くする。初から長く坐つてゐるのは、よろしくない。そして十日乃至十四日目になれば、

悪露も少く子宮もお腹の上からさはずとも分らないやうになるから、醫師又は産婆の意見に従つて床を離れてもよい。床を離れてからも無理に體を使はないやうに心掛けなくてはならない。産後は「かせ」を引き易いものであるから、夏ならば三週間後には褥室を出てもよいが、冬ならば四五週間以上褥室の中にあるやうにするがよい。家庭の事情などで此の通りに出来ぬ向でも、成るべく之に近づくやうにして貰ひたい。

三四週間たてば入浴しても差支ない。六週間以後には平生手慣れた仕事を始めても構はない。日立がよく回復が早いときでも、六週間以前には體が平生とはまた異つてゐることを忘れずに慎み節制を守るがよい。

産後床の上につき直ることや床を離れること其他の注意した所は、大體今まで述べた位の時を経た後にすべきであるが、その標準とするところは、主に子宮の復舊と悪露の状態であつて、これらの状態は其の人々によつて多少ちがひ、同じ人でも時によつて亦ちがひがあるから、何日目だから起きてよい、床を離れてもよいといつて、杓子定規で體の回復に無頓着に振舞ふのは、大層危険である。必ず醫師なり産婆なり

に聞いてみて宜しいといふ評を得てからにするのが安全である。

### 三 衣服と寝具

着物は、ゆつくりしたものが宜しい。

掛蒲團は、温かにする目的に適ふものならば充分であつて、あまり厚いものは却つていけない。一體産後には汗が出易いものであるから、あまり厚いものでは汗をかいて却つて「かせ」を引くのである。

寝間着の下着や蒲團の敷布などは、白いものを使ふがよい。これなら汚れるとすぐわかるから、汚れたら取換へて始終清潔にする心懸が肝要である。そして着物を着換へるには寒い時分なら必ず、豫め温めておくべきである。何にしても「かせ」を引き易いからよく、氣をつけねばならぬ。

### 四 腹帯

腹壁の弛みを回復するには腹帯を締めてゐることが必要である。腹帯は前にも述べたやうなものを程良い程度に締めれば宜しい。又これは八週間又はその後までも續け

るがよい。

### 五 心の持ち方

なるべく氣を使はないやうに見舞人を避け、仕方がない場合には少しの間だけ會ふやうにする。褥婦には氣を揉ませたり驚かしたりするやうな事柄を耳に入れず、込み入つた家事上の相談などを持ちかけないやうに、傍で注意することが必要である。少くも一週間は家事の指圖などさせないやうに、家の人が心を用ゐるべきである。

### 六 飲食

初め一日間は牛乳、ソップ、重湯、葛湯、うすい粥、半熟玉子などを食べる。翌日からパン、粥、魚肉、豆腐などを與へ、だんく消化し易い肉、野菜などを加へ、二三週で常食に復るやうにする。

乳を遣るやうになれば、乳のよく出るやうに、いつもより少し飲み物を多くするがよい。例へば牛乳、ソップ、味噌汁のやうなものがよい。

### 七 乳を遣ること

母の乳を飲ませるのは、子供のためにも一番よいこと勿論であるが、尙産後子宮の復舊作用を促すといふ利益がある。

### 第四 初生児の保育

子供が生れ落ちると、早速浮世の荒い風に當るわけで、もとく非常に加よわい赤子のこと故、それを扱ふには随分氣をつけてしないと、些細な手落から大事を惹起し、命を取られるやうなことになる。又命に別條がないまでも、ひどく榮養を損ふことがある。だから家の人は、始終よく氣をつけて、少しでも變りが見えたら、早速醫師にみてもらふことが肝要である。

次にその扱方を述べる前に、初生児に就ての生理的の事柄をひとほり説かう。初生児とは生れたての兒のことで、大抵生れてから一週間乃至十日目ぐらゐまでの赤子をいふ。

#### 甲 初生児に起る生理的の變化

一 臍帶脱落  
胎兒が生れ出ると、すぐ大きな産聲をあげて啼き、手足を盛に動かし、皮膚の色が美しい薔薇色になつて「赤坊」といふ名にふさはしくなる。それから初生児の體にどういふ變化がおこるかといふと、

二 初生児黃疸  
臍帶が赤子の方に附いて残つてゐる部分は、だん／＼乾いてミイラのやうに固くなつて、大抵五日目から七日目ぐらゐで取れて了ふ。これは子供が丈夫な程早くとれる。臍帶のとれた痕は、ちよつとした肉芽面になり、多少潤うてゐるが、十二日目乃至十五日目には癩痕を結んで萎縮し、少し内側へ凹んで、こゝに臍が出来るのである。

大抵の赤子は、生れて二日目か三日目頃から皮膚、殊に胸や額や鼻尖などが黄いろくなり、ひどいときには眼の中まで黄色になる。普通三四日で自然に消えるが、時には二週間以上續くこともある。これは初生児黃疸といつて、殆ど生理的の變化であるから、別に心配する程のことはない。若し非常にその程度がひどかつたり、或はいつ

までも治らなかつたなら、醫師にみせる必要がある。一般にこの黄疸は榮養のわるい未熟兒とか、又は逆産兒につよく現はれるものである。

三 乳房の腫張

初生兒は男でも女でも三日目か四日目に乳房が脹れ、軽く壓すと水のやうな少し濁つたものが出ることもある。これを魔乳といふが、やはり生理的であつて心配することはない。

四 表皮落屑

生れてから三四日経つと、表皮が糠のやうに、又時には膜のやうになつて剝れ、五六日で止むが、これは皮膚が乾くのと着物の刺戟とによつて起るのである。

乙 初生兒保育の注意

初生兒を保育するについて心得べき主な事柄は、一に清潔、二に榮養である。

一 沐浴

子供が生れるとすぐ産湯をつかはせ、済んでからすぐ眼に藥をさす。これは産婆の

仕事であるから委しくは述べない。お湯をつかはせることは、後には自分でしなくてはならないので、その心得を述べると、初めの一箇年ぐらゐは、出来ることならば毎日一度やるのが清潔といふ上には必要である。お湯をつかふ場所は、あまり風通しないところで、冬などは温い部屋がよい。湯の加減はあまり熱すぎたはいけないが、又ぬる過ぎて「かせ」を引かせるやうでもない。手をつけてよく攪きまはし丁度手觸りのよい位にして、あがり際には幾らか冷めるから、温い湯をさす必要がある。顔や殊に眼とか口の中とかいふところを洗ふには、別にきれいな器にきれいな水を入れておいてそれを使ひ、決して體を洗ふ湯を使つてはならない。又湯を使はせる時には、耳に湯の入らないやうに氣をつけなくてはならない。お湯を使はせる時子供頭の頭を押さへて居る方の手の指で左右から耳翼で耳の孔を閉ぐ様に押さへる。耳に湯や水が入つた爲に耳の病氣を起すことがよくあるから、注意が大切である。又臍帯がまだ附いてゐるときは、お湯を使はせる際それを引張らないやうに氣をつけなくてはならない。お湯がすんだら柔い西洋手拭のやうなものに包んでよく水氣を吸ひ取ら

せ、頭の毛の生際、頸のまはり、腋の下、股の間などは殊によく乾かし、シツカロー  
ル又は亞鉛華澱粉などの粉をつけて置く。

臍帯はとりわけて注意しなくてはならないので、消毒したガーゼで大切に包み、そ  
の上に清潔な綿帯をかけておく（これは産婆がする）。又臍帯が取れた後も、すつかり  
乾いて癩痕が出来るまでは、やはり消毒したガーゼを當て、綿帯しておく。臍をかや  
うに大切にするのは、こゝから細菌が入り込んで子供の命にかゝはるやうなことがあ  
るからで、昔消毒などいふことがなかつた時分には、臍から傳染してそのために多  
くの赤子が死んだものである。今でも開けない所では、この爲に死ぬものが少くない。

### 二 衣 服

着物はゆつたりした、きつくないものがよい。又季節に従つて、大人より少し厚着  
させるやうに（單衣一枚位）してやるがよい。兎角世間ではあまり餘計に重着させる  
が、そのために汗が出て汗疹になり、或は却つて「かせ」を引かせることもあり、又  
皮膚も弱くなる。頭に真綿をかぶせなどするものもあるが、寒中ならば兎も角、普通

にはそんな必要はない。

下着又は着物の襟には、毛織物を使つてはいけない。赤子の皮膚は柔いから刺戟  
される懼がある。それ故下着又は襟には柔軟な木綿を使ふのがよい。或は羽二重の襟  
をかけてもよい。金巾は着るとき「ひやり」とするからよくない。着物を着換へさせ  
るときは、寒い時分なら暖めることは必要であるが、その度を過してはいけない。

### 三 襁褓（おむつ、おしめ）

初生児は普通一晝夜に十回位の小便と、三四回位の大便をするもので、その都度お  
しめが濡れるから、よく氣をつけて出る度に乾いたのと取換へ、股や臀部をよく乾し  
ておくやうに心掛け、爛れないやうにシツカロールなどの粉をつけておく。おしめが  
濡れるかお腹が空くかすれば赤子は泣くものであるから、その都度おしめに氣をつけ  
てやる。

初生児の大便は、初め二三日は色が黒いか、黒ずんだ緑色である。これを胎糞（か  
にば、かにくそ）といふが、母乳を飲むにつれて、三四日目から次第に黄色になる。



それから後は卵色になり、お粥位の硬さで少しもいやな臭みがなく、少し酸い匂がする。若し水分が多く、白い粒々又は粘液がまじり、或は緑色になつてゐたりすれば、消化不良の兆であるから、醫者につけなければならぬ。おしめは清潔が第一だから、若し古い布片で作るなら必ずよく洗濯したものを使用し一度煮ると尚よい。

#### 四 寝床

生れたての兒は、必ず母と別の床に寝かすことが必要である。冬ならば床の中へ湯タンポを入れて暖める。これは注意しないと、餘り子供の體に近くて熱過ぎたり、又最も危険なのは湯タンポの栓が抜けて熱い湯で火傷したりすることがある。その邊は是非十二分に氣をつけなくてはならない。理想的なのは、湯タンポを使はず部屋中の温度を攝氏二十度ぐらゐに暖めておくことで、これが出来れば至極よろしいが、なか／＼どの家でも出来るといふわけにゆかない。

掛蒲團は、時候の暑い寒いに應じて加減するのは勿論であるが、一般に柔い軽い

ものがよい。あまり厚いものはよくない。殊によくあることであるが、夏も厚い掛蒲團をかけるので、汗をかいて汗疹が出来、そのために困ることがある。注意すべきことである。

#### 五 乳の遣り方

乳呑子に母の乳は何よりもよい榮養であるし、その上、母親も自分の乳を飲ませると、お産の後の子宮の復舊が早く都合よくいくから、いはゞ一舉兩得である。だから出来るだけ母親が自身で子供に乳を遣るがよい。但し結核病、脚氣、精神病、癩癩などの病氣のある者、又は全身の衰弱してゐる者の乳は、子供に飲ましてはならない。お産の後六時間から八時間ぐらゐ経つと、乳房が少し張つて来る。丁度大抵その時分に子供も眼を醒まし、乳を欲しがつて泣くから、その時からすぐ乳を遣つて差支ない。この時に出る乳は、初乳といつて薄くて出やうも少ないものである。出方が少くとも、だん／＼吸はせつけると、そのうちによく出るやうになり、三四日すると、たつぷり出る。初め三日間ぐらゐは乳が少ししか出なくとも、子供もさう多く欲しがらな

いから、四日目位までに外の榮養物で乳の補ひをすることは、必要ではない。

昔からの習慣でこの初乳を子供に飲ませることを嫌ふのは、初乳を大きくなつた兒に飲ましても下痢をするといふので、生れたての兒に飲ませると毒であるからといふ理窟に基いてゐる。しかしこれは大間違で、初乳といふもの、中には普通の乳よりも鹽類が多く含まれてゐて下劑の用をするので、生れたての兒がこれを飲むと、その效能で腸の中に溜つてゐた胎糞がすつかり出てしまふものであるから、飲ませる方がよい。昔は初乳の代りに「まくり」といふものを飲ませたが、その爲に却つて胃腸をこはすことが度々あるから、決して飲ませてはいけない。

初めて乳を遣るときに、子供はすぐによく吸ひつくものであるが、若し吸ひつかなくなつたら、飲ませる前に少し乳を搾り出して乳嘴のさきにつけておくか、又はその代りに砂糖水などをそこに塗つておくと、よく吸ひつくやうになる。

乳を遣る前に必ず柔いきれいな布片に清潔な水又は硼酸水をつけ、乳嘴からその周圍をよく拭き、又子供の口の中も注意して軽く拭いて、それから乳を飲ませる。飲ん

でしまつた後、前と同じやうに乳嘴とその周圍を拭いておく。さうしないと、乳などがついたまゝで腐敗してゐることがあり、それを子供が嘗めるといけない。此子供の口の中を拭いてやることに就ては近來全く口を拭いてはいけないといふ人がある位だが、それはよく注意して拭かないと反て口の中をあらすやうなことがあるのと乳を飲んだ後には、そのために乳を吐くやうなことがあるからである、それだから餘程注意し柔かいガーゼの様なもので、ごく軽く拭かなくてはならない。

乳を遣る時間は、きちんと決めて規則正しくすることが肝要である。子供の強い弱いによつて多少ちがふが、大體初めは二三時間おきに一度遣る。夜子供の眠つてゐる間は、時を過ぎててもその儘にし、だん／＼夜中に乳を遣ることを少くするやうに心掛ける。

乳房を宛てがつて乳を飲ませてゐる間の時間は、勿論乳の出方や子供の強い弱いや、飲ませ方の上手下手などによつて違ふが、乳の出がよく子供が丈夫ならば、大概十分乃至二十分で澤山である。腹一杯飲んだといふしるしは、子供が自分で乳房を離し、

或は無理にもぎ取つても泣かないといふことである。

乳を飲みながら子供が眠らうとするときは、軽く體を動かし、又は頬をそつと叩くと、復飲み續ける。子供が乳嘴を啣へながら、せつせと飲まうとせず、遊び半分にいつまでも乳房に取りついてゐる習慣をつけないやうに、氣をつけなければならぬ。お産のあつた初の一週間位には、横にねてゐて乳を遣るのは仕方がないが、日立つたならば母親は必ず坐つて乳を飲ませるやうにしないでならぬ。横になつたままでは、乳房で赤坊の鼻や口を壓しつけ、そのために子供が息がつまつて死ぬやうなこともある。

乳を遣つた後子供を静かにねかしておいても、時として乳を吐くことがある。これは乳の飲み過ぎか、或は便を催して腹壓を加へた爲である。それ故乳を飲ませた後は必ず静かに横向きに寝かしておき、たとへ乳をもどしてもそれが喉頭、氣管の方へはいかないやうに氣をつけるべきである。

子供が啼きさへすれば、ゴム製の乳嘴を啣へさせる人があるが、これは兎角口の中

を不潔にし易く、且わるい習慣をつけることになるから、止める方がよい。

乳を遣つてゐる時期の間に、また妊娠することがあるが、その場合には出来るだけ早く乳を遣ることを止めなくてはならない、さうでないと、母親にも乳を飲む子供にも腹の中にある胎兒にもそれ／＼皆害があるものである。(なほり)

大正十年十月十四日印刷  
大正十年十月十六日發行

內務省衛生局

印刷者 東京市京橋區北橫町九番地  
西 脇 嘉 市

印刷所 東京市京橋區北橫町八番地  
一 成 社 印刷所  
電話京橋八一三番

KE10J-7

甲種酒 一箱  
 東京市東區本町五丁目  
 甲種酒 一箱  
 東京市東區本町五丁目  
 西區 市  
 丙種酒 一箱  
 東京市東區本町五丁目

大正十一年七月廿六日發行

大正十一年七月十四日印刷

終

