

◇逆子に対するセルフケアをしていますか？

- 逆子体操（胸膝位・骨盤高位） 横向きに寝る 逆立ち その他（ ）
↳（1日に 回/1回 分） ↳寝返りはしますか？（はい・いいえ）

◇逆子に対するセルフケアは産科の先生に指導されましたか？

- 指導された 自分で調べて、先生に聞いてから行っている 先生には聞かずに自分の判断で行っている

◇逆子のセルフケアをしたことで感じるものはありますか？

- 気持ち悪い 肩が痛い 腰痛 その他（ ）

◇現在妊娠中の胎児は何人目のお子さんになりますか？

（ 第 子 ）

◇2人目以降の方にお聞きします。お子さんは何歳ですか？

（1人目 歳）（2人目 歳）（3人目 歳）

◇2人目以降の方にお聞きします。以前の子は出産方法はなんでしたか？

- 自然分娩 帝王切開

◇2人目以降の方にお聞きします。以前の子は逆子でしたか？またどのような治療をしましたか？

- 逆子だった 逆子じゃなかった
 お灸 マッサージ 外回転術 逆子体操 自然に返った

◇2人目以降の方にお聞きします。以前の出産時と今の環境の違いは何ですか？

- 前回の妊娠よりも仕事が忙しい 1人目は仕事をしていなかった
その他（ ）

◇普段身体はどこかに冷えは感じますか？

- お腹 お尻 もも 膝 ふくらはぎ 足首 足の裏 足の甲 足の指先
 手の指先 その他（ ）

◇今回の妊娠でつわりはありましたか？

- 全くない 普通くらい とてもあった
 胸焼け 嘔吐 匂い過敏（ ） 眠気 頭痛 食欲不振 その他（ ）

◇身体で気になるところ（コリなど）があれば教えてください

・どこが気になりますか？

- 首 肩 背中 腰 お尻 恥骨 ふくらはぎ
 その他（ ）

・いつ頃から気になりますか？

妊娠前 妊娠前期 妊娠中期 妊娠後期

・どうすると気になりますか？

何もしなくても 動かすと

その他 ()

◇ 今日の体調は悪くないですか？悪い方はどう悪いか教えてください。

頭が痛い 気持ち悪い 吐き気がする 風邪気味 のぼせる 立ちくらみがする

その他 ()

◇ 妊娠前の生理周期について教えてください。

生理痛が重い 排卵痛が重い 生理不順 () 月・日 ずれる)

月経量が (多い・少ない) PMS

◇ 現在、病院や鍼灸院等で治療中ですか？

[病名・負傷名]

医療機関 (病院・整骨院・鍼灸院) 薬 (服用してない・服用中) →薬名[]

◇ 通っている産婦人科の名称を教えてください。

()

◇ 当てはまるものがあれば教えてください。

妊娠糖尿病 妊娠高血圧 切迫早産 切迫流産 家族(または自分)が逆子だった

不妊治療 (人工授精・体外受精・その他[])

子宮奇形 子宮筋腫 骨盤にはまっている

◇ 下記の治療について経験はありますか？ *複数回答可

マッサージ 鍼 灸

◇ 現在、仕事はどれくらいのペースでしていますか？

週5 週4～週1 不定期 していない その他 ()

◇ 仕事を休んでいる方にお聞きします。いつから産休ですか？

() 月 () 日)

◇ 今も仕事に勤務している方にお聞きします。いつまで出勤しますか？

() 月 () 日)

◇日常でストレスを感じていますか？程度の強さの数字に○の記入をお願いします。

(強い) 1 0 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0 (弱い)

◇妊娠前、または現在下記のことをしていますか？また、どれくらいですか？

タバコ (1日何本か 1箱 1箱以上)

お酒 (毎日 週末 たまに)

コーヒー (1日数杯 1日1杯 妊娠中も飲用 妊娠中も飲用[カフェインレス/デカフェ])

◇普段の睡眠時間(意識がない時間)はどれくらいですか？

8時間以上 7時間 6時間 5時間以下

◇仕事していた方にお聞きします。仕事をしていた時の睡眠時間(意識がない時間)はどれくらいですか？

8時間以上 7時間 6時間 5時間以下

◇夜中はトイレで何回起きますか？

0回 1回 2回 3回 4回 5回以上

◇トイレ以外で、何も無いのに目が覚めることはありますか？

0回 1回 2回 3回 4回 5回以上

◇トイレやそれ以外で起きたとき寝付けないことはありますか？

いいえ ・ はい (30分 1時間 2時間 それ以上)

◇外回転術をご存知ですか？また、施術を受けることを希望していますか？

知っている 知らない

受けたい 受けたいと思わない