

ウイメンズレター

東條ウイメンズホスピタル発行 2021年7月 第6号

「当院で受けられるアロママッサージ」
毎号当院のスタッフの気になるトピックを取り上げます！

今回は当院の産婦人科医、東條龍一郎によるコラムをお休みして、リニューアルしたアロママッサージについて特集を組んだ特別編となります。

当院ではご出産された方に、ご入院中に無料でアロママッサージを提供させていただいております。

ご妊娠からご出産を経た女性は、急激な心身の変化を体験なさり、喜びも多いでしょうがご不安や心身へのご負担が多いことから、ご入院の間にお疲れを癒して、少しでも回復なさることができたらという思いより提供させていただいております。

お部屋が病院内にあり無機質になってしまいがちなため、少しでもリラックスしていただけますよう、内装はハワイのリゾートをイメージしておりますが、いかがでしょうか・・・？



施術を受けていただくベッドです。
近くにナースコールもありますので
ご安心して受けていただけます。

セラピストさんへのインタビュー

スタッフ自身も入院中マッサージを受けさせていただき、色々とアドバイスもいただいた経験豊富なセラピストさんに気になることを聞いてみました。



Q：どのようなアロマオイルを使用していますか？

A：国際基準に準拠した、品質管理を徹底したメーカーで作られたオリジナルのアロマオイルです。

香りはハーブ、お花、柑橘類、草、樹木など、患者様のお好みに合わせて様々なものを取り揃えております。

Q：アロマオイルは自分で選べますか？

A：嫌な香りではリラックスできないため、どの香りが良いか、実際に嗅いで選んで頂いております。

（スタッフより）お迷いになられるときにはセラピストさんよりアドバイスもさせていただきますが、自分に必要な効果は本能から分かるとも言われるため、直感的に好きなものを選んでいただくこともおすすめです。

Q：施術を行うにあたって、どのようなことに気を付けていますか。

A：妊娠中から大事な命をお腹の中で育てているということによりお体のお疲れが溜まりやすく、ご出産後も慣れない入院生活と赤ちゃんのお世話で緊張なさっていると思いますので、施術によりお体のお疲れを緩めていただきたいと思います。ご不調の改善をお手伝いいたします。とても肩が凝っていることや下半身が冷えていることを、施術をお受けになることで初めて気づく方もいらっしゃいます。

（スタッフより）お疲れが過ぎるとご自身が疲れていることに気づくことができないがあるとセラピストさんがおっしゃっていました。ご自分の体調について知っていただく機会になることができたと思います。ご不調をご認識されると改善のため対策をなさることができますので、きっかけとして使っていただけたら幸いです。

Q：施術を受ける方たちは、どのようなことをご質問されますか。

A：一番多いのは、「このむくみは大丈夫でしょうか？」というご質問です。大丈夫です。

また、出産直後お腹がすぐ元の姿に戻ることは少ないので、気になさる方が多いです。大丈夫です。

「赤ちゃんをマッサージしてもよいですか」というご質問も多いです。ぜひ、なさってください。

（スタッフより）ベビーマッサージは赤ちゃんとのコミュニケーションをとる一つの方法であり、お二人にとって貴重な時間となります。お子様が喜ぶようでしたら、乳児（1歳まで）の期間だけでなく、幼児（1歳～5歳）になっても、お子様との触れ合いの機会としてマッサージをなさることをおすすめします。

以上がインタビューになります。

当院では、現在ご入院の方にアロママッサージを無料で提供させていただいておりますが、ご要望を頂いたこともあり、産婦人科及び小児科に外来でいらした女性も診断の前後にご予約をお取りいただいてアロママッサージを有料で受けていただけるサービスの実施を企画中です。患者様にベストの形で提供させていただけるよう検討中ですので、実施を開始しましたらHPとウイメンズレター等でお知らせさせていただきます。

※お体のご状況によっては施術を受けられないことがございますので、ご了承お願いいたします。

当院のInstagramもどうぞ！
診察情報など更新しております。



当院のお食事

ご入院中、どんなお食事をお召し上がりになれるか、一例をご紹介します！



6月のお食事

- ◆ バルサミコ酢鶏
- ◆ 蒸しなすの豆板醤炒め
- ◆ セロリとミツ葉の和物
- ◆ しいたけと春雨のスープ
- ◆ ご飯

バルサミコ酢鶏は6月からの新メニューです。バルサミコ酢はポリフェノール、ビタミンB群、カリウムが豊富で、フルーティーな風味がアクセントになって暑い季節にさっぱりとお召し上がりになれます。

※食材の入荷状況等により、内容は年により異なる可能性があります

次号は8月20日頃発行予定です！

ご意見・ご感想は以下までお願いいたします。

womensletterqs@gmail.com