

ぎふ多胎ネット
スタッフからの

三二知恵袋



出産後にあってよかったものを教えてほしい。

夜用のナプキン。

多胎の場合、子宮の戻りが悪いので悪露が結構長く続きます。

私はうっかりしていて切れてしまい、夫に買いに行かせることになってしまいました。

赤ちゃん用品は夫でも買えるけど、さすがにナプキンを買うのは抵抗があったようでした。



夜用ナプキンと産褥パッド。

私もなかなか子宮の大きさが戻らず、出血も長く続いていたので。(元々かなりたくさんパッドは確保していたので大丈夫でしたが、)男の人は買いにくいのでわりと大きめがあると思います。



帝王切開で出血も多く、産褥パッドを多めに持って帰りました。

夜用のナプキンもあっても困らないかも、私も夫を買いに走らせましたよ(笑)

傷口が長い間痛く、妊娠中にはいていた妊婦用のパンツがちょうど良かったです。



やはり授乳クッションでしょうか・・・。
セルフ飲みさせる時にも頭を高くしておけ
ますし、お座りが不安定な時期には転倒して
も頭を守る役割として使っていました。



あと、抱っこひもはパパ専用のもも準備し
ました。夫婦で体格が全然違うので、使う度
にサイズ調整をしなくてはならず、それぞれ
専用にした方が、都合がよかったです。買う
のであれば、おんぶもできるタイプのものが
いいと思います。首がすわった後に特に重宝
するので。

授乳クッション(やや大きめのもの)とかどう
でしょうか？母乳はもちろん、うちは最終的に
はミルクになりましたが、使い方は色々でき
るので重宝しました。

授乳クッションはバスタオルを巻いてゴムで
留めたものでも代用できますよ。



ふたご用の授乳クッションが重宝したという話
を聞きました。(高いもので12800円くらい)
ただこれは、出産後の状況次第かしら。





ガーゼなどは、たくさんいりました！！
お風呂や授乳時にいります。

授乳クッションは、授乳時に、ミルクのセルフ
飲み、ママのお昼寝のおともによく使いました。

ミルクが必要であれば、哺乳瓶、洗浄消毒する
ものなどもあるかなと思います。

あとは、ママがリラックスできるグッズがある
といいと思います！！私の場合は、『蒸気でアイ
マスク』と、基礎化粧品を少し良いものを買
い足しました。



とりあえずは授乳と沐浴に必要なものを揃えて
後は追々質問したりして揃えていくのもありか
と思います。

最近では、ネットで何でも買えます。

あとフリマアプリ（メルカリなど）を利用し
ている方も多いです。『双子』と検索するだけ
で色々とヒットします。また、とりあえず買
って使わなくなったらメルカリで売ればい
いかなと考えている方もいます。

プールのように膨らませるタイプのベビーバス。

お風呂は全部一人でやっていたので、自分が中に入らないやり方でした。洗い場にそれをおき、一人は脱衣場に長男のときにつかっていたバウンザー（1つだけ）で寝かせて順番にやっていました。足とか完璧にはみ出していましたが、長いことそれを使っていました。立てるようになってからは子供たちだけをお風呂に入れて、外で洗って、拭いて着替えさせて部屋に・・・というふうにやっていました。見ていないと危ないので必ずそばにいましたが、中に入らないので楽でした。



車を運転するときに、子どもたちの様子が見られるよう、フロントガラス内側に貼り付ける鏡がとても役に立ちました。子どもも私の顔が見えるので安心していただけました。



今は大体何でもすぐ買えるので、物ではありませんが、生協に妊娠中に加入しておいてよかったです。

買うものではないですが、やはり妊娠中にダンナさんがちゃんと家事ができること。（いわゆる名もなき家事も）産後絶対必要なスキルです。

