



ネパール語
/नेपाली

NPO法人Mother's Tree Japan
妊婦健診note (病院用)

गर्भवती चेकअपको बेलामा प्रयोग हुने शब्दहरु
(अस्पतालहरु को लागी)



初診①

पहिलो मेडिकल जाँच ①

001



これから妊娠しているか検査します。

तपाईं गर्भवती छ छैन भनेर जाँच गर्छु।

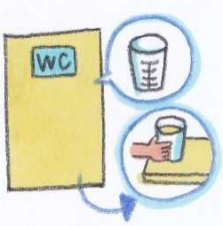
002



尿検査をします。

युरिन टेस्ट गर्छु।

003



トイレにカップがあります。

शौचालयमा कप छ।

004

採尿が終わったらカップを置き場においてください。

पिसाब कपमा हालेपछि कप राख्ने ठाउँमा राख्नुहोस्।

005



診察をします（内診・経膈超音波検査）。

तपाईंको जाँच गरिनेछ (पेल्विक परिक्षण, ट्रान्सभ्याजीनल अल्ट्रासाउन्ड)।

MEMO

初診②

पहिलो मेडिकल जाँच ②

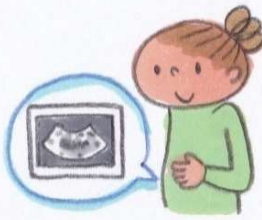
006



下着を取って診察台に座ってください。

अन्डरवेयर फुकाल्नुहोस् र जाँच गर्ने टेबलमा बस्नुहोस्।

007



妊娠が確認できました (胎嚢 (たいのう) がみえた・赤ちゃんの心拍が確認できた)

तपाइको गर्भ रहेको पुष्टि भयो (गर्भावस्थाको थैली (जेस्टेशनल स्याक) देखियो र बच्चाको मुटुको धड्कन पुष्टि भयो)

008

赤ちゃんの心拍はまだ確認できていません。

बच्चाको मुटुको धड्कन अझै पत्ता लागेको छैन।

009



○週間後にまた来てください。

○हप्ता पछि फेरि आउनुहोस।

010



保健所に届出をして母子手帳をもらってください。

कृपया जनस्वास्थ्य केन्द्रलाई जानकारी दिनुहोस् र मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका प्राप्त गर्नुहोस्।

MEMO

初診③

पहिलो मेडिकल जाँच ③

011



予定日は〇月〇日です。

म्याद मिति 〇 महिना 〇 दिन हो।

012



既往歴について詳しく教えてください。

कृपया आफ्नो मेडिकल रेकर्ड बारे थप बताउनुहोस्।

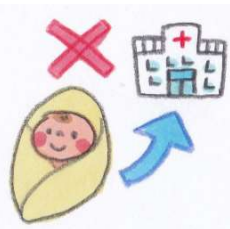
013



双子・多胎児です。

जुम्ल्याहा / धेरै पल्ट बच्चा जन्मिसकेको ।

014



当院で出産はできません。

यस अस्पतालमा बच्चा जन्माउन मिल्दैन।

015

(大きな病院を紹介します / 出産できる病院を探して下さい)

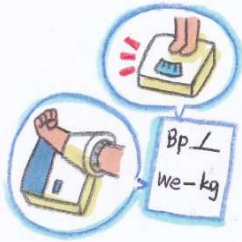
(म तपाइलाई ठूलो अस्पताल प्रिफर गरिदिन्छु/तपाईंले बच्चा जन्माउन मिल्ने अस्पताल खोज्नुहोस्।)

MEMO

初診④

पहिलो मेडिकल जाँच④

016



体重と血圧を測ってメモしておいてください。

कृपया आफ्नो वजन र ब्लडप्रेसर नापुहोस् र रेकर्ड गर्नुहोस्।

017



体重と血圧の測定、尿検査は、毎回診察の前に行ってください。

प्रत्येक भ्रमण अघि तौल नाप्रे, ब्लडप्रेसर नाप्रे र पिसाब परीक्षण लिनु पर्छ।

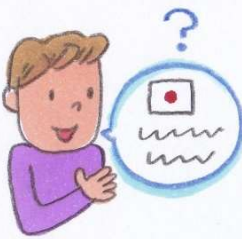
018



日本語はどのくらい分かりますか？
(わからない・ある程度わかる)

जापानी भाषा कति बुझ्नुहुन्छ ? (बुझ्दिन/ अलि अलि बुझ्छु)

019



パートナーは日本語が話せますか？

के तपाइको पार्टनरले जापानी भाषा बोल्न सक्नुहुन्छ?

020



日本で産む予定ですか、帰国する予定ですか？

के तपाइँ जापानमा बच्चा जन्माउने योजनामा हुनुहुन्छ वा तपाइँ आफ्नो देश फर्कने योजना गर्दै हुनुहुन्छ?

MEMO

021



周りにママのお世話やサポートをしてくれる家族や友人はいますか？

के तपाईंको वरपर परिवार वा साथीहरू छन् जसले तपाईंको हेरचाह गर्न र तपाईंलाई समर्थन गर्न सक्छन्?

022



お仕事は何をしていますか？

तपाईं के काम गर्नुहुन्छ ?

023



健診はこれから毎月あります。予定日が近づいてきたら毎週になります。必ずきてください。

अब देखि हरेक महिना चेकअप हुन्छ। निर्धारित मिति नजिक हुदा प्रत्येक हप्ता चेकअप हुनेछ। कृपया आउनु होला।

024



通訳やサポートが必要なときはここに連絡してみてください。

यदि तपाईंलाई दोभाषे अथवा सहयोग चाहिएमा, हामीलाई यहाँ सम्पर्क गर्नुहोस्।

MEMO

2回目以降①

दोस्रो पटक पछि①

026



經腔超音波検査をします。

ट्रान्सभ्याजिनल अल्ट्रासाउन्ड परिक्षण गर्छु।

027



下着をとって診察台に座ってください。

अन्डरवेयर फुकाल्नुहोस् र जाँच गर्ने टेबलमा बस्नुहोस्।

028



子宮頸がん検査をします。

पाठेघरको मुखको क्यान्सरको जाँच गर्छु।

029

性器の感染症の検査をします。

जेनिटल इन्फेक्सन संक्रमणको लागि जाँच गर्छु।

MEMO

031



経腹超音波検査をします。横になってください。

ट्रान्सएबडोमिनल अल्ट्रासाउन्ड परिक्षण गर्छु। कृपया सुत्नुहोस्।

032



赤ちゃんはここにいます。ここが(足、手、お腹、お尻、顔)です。

बच्चा यहाँ छ। यहाँ (खुट्टा, हात, पेट, चाक, अनुहार) छ।

033

赤ちゃんは今約〇グラムです

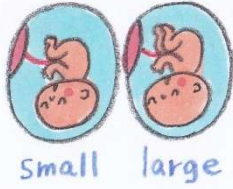
बच्चा अहिले लगभग 〇 ग्राम छ

MEMO

2回目以降③

दोस्रो पटक पछि③

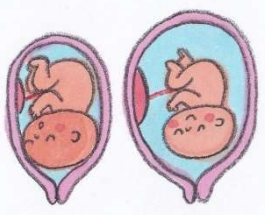
036



赤ちゃんの大きさは、週数相当です / 大きめです / 小さめです。

बच्चाको आकार हप्ताको साविक / ठूलो / सानो हुन्छ।

037



羊水の量が多いです / 少ないです

एम्नियोटिक तरल पदार्थ को मात्रा धेरै छ / कम छ।

038



赤ちゃんの性別を知りたいですか？

के तपाईं बच्चाको लिङ्ग जान्न चाहनुहुन्छ ?

039



(男の子です・女の子です・当院では性別は生まれるまでお伝えしません)

(छोरा हो / छोरि हो / बच्चा नजन्मुन्जेल हामी तपाईंलाई लिङ्ग बताउदैनौं।)

040



赤ちゃんが逆子です。

बच्चा ब्रीच छ।

MEMO

041



赤ちゃんに異常が疑われます。

बच्चामा केहि गडबड छ कि भन्ने शंका छ ।

042



赤ちゃんの検査をします。

बच्चाको जाँच गर्छु।

043



赤ちゃんの状態を詳しく説明します。

बच्चाको अवस्थाको विस्तृत रूपमा भन्छु।

044



血液検査をします。

रगत परीक्षण गर्छु।

045

(血液型、血算、血糖、感染症、血液凝固検査など)

(रगतको समूह,, रक्त गणना, ब्लड सुगर , इन्फेक्सन, रक्त जमघट परीक्षण, आदि)

046



腹囲、子宮底長を測ります。

कम्मरको घेरा, गर्भाशय कोषको लम्बाइ नाप्नु।

047



胎児心拍数モニタリングをします。30分くらいかかります。

भ्रूण हृदय दर चेक जाँच गर्छु । लगभग 30 मिनेट जति टाइम लाग्छ।

048



(赤ちゃんは元気です / もう少しモニタリングを続けます)

(बच्चालाई सबै ठीक छ / म केहि समय को लागी चेक जाँच जारी राख्छु)

049

異常はありませんでした / 異常が見つかったので再検査します。

कुनै असामान्यताहरू फेला परेन सबै ठीक छ / असामान्यताहरू फेला पर्यो, त्यसैले फेरी चेक जाँच गर्छु

050



大きな病院を紹介します。紹介状を持って行ってください。

ठुलो अस्पताल रिफर गरिदिन्छु। कृपया रिफर पेपर लिएर त्यस अस्पताल जानुहोस।

MEMO

051



体重が増え過ぎています。食事に気をつけましょ
う。

तौल धेरै बढेको रहेछ। तौलको ध्यान राखी खानेकुरा लिनुहोस्।

052



血糖値が高めです。妊娠糖尿病の詳しい検査をしま
す。

हाइ ब्लड सुगर रहेछ। गर्भावस्था मधुमेह को लागी पूर्ण जाँच गर्छु।

053



歯科・内科・循環器科・内分泌科に行ってください
い。

कृपया दन्त चिकित्सा, आन्तरिक चिकित्सा, मुटुरोग विभाग,
इन्डोक्राइनोलजी को मा जानुहोस्।

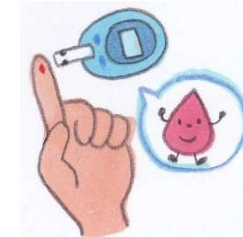
054



妊娠糖尿病です。栄養指導を受けてください。

गर्भावस्थाको मधुमेह रहेछ। खानेकुराको / पोषण निर्देशन
लिनुहोस्।

055



毎日自分で血糖値を測ってください。機械はレンタ
ルできます。針は自分で購入します。

हरेक दिन आफ्नो ब्लड सुगर आफै जाँच गर्नुहोस्। मेसिन भाडामा
लिन सकिन्छ। आफै सुई किन्नुहोस्।

056



妊娠高血圧症の疑いがあります。

गर्भावस्था उच्च रक्तचाप भए जस्तो देखिन्छ।

057



貧血があります。鉄剤を出しますので飲んでください。

एनीमिया भएको रहेछ। आइरन चक्कीको औसधि दिन्छु, त्यो लिनुहोस्।

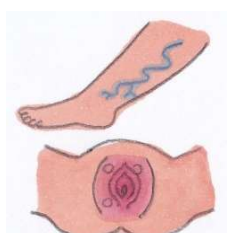
058



便秘はありますか?便秘の薬を出します。

के तपाईंलाई कब्जियत छ ? कब्जियतको औषधि दिन्छु।

059



静脈瘤ができています。治療が必要です。

भेरिकोज नसहरू आएको देखिनछ। उपचार गर्नुपर्छ।

060

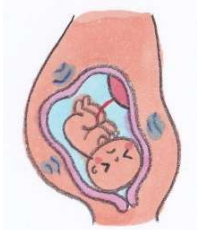


つわりで栄養不足・脱水なので点滴をします。

बिहान बिमारी हुनु भनेको कुपोषण र डिहाईड्रेसन् भएको हो, त्यसैले म तपाईंलाई ड्रिप दिन जाँदैछु।

MEMO

061



切迫早産です。

असमयमा जन्मने खतरा छ।

062



(お腹の張り止めの薬を出します。自宅で安静に過ごして下さい。／管理入院が必要です。手続きの説明をします。)

(हामी तपाईंलाई पेटको तनावबाट बच्न औषधि दिनेछौं। कृपया घरमै आराम गर्नुहोस्।/तपाईंलाई व्यवस्थापनको लागि अस्पतालमा भर्ना गर्नुपर्नेछ। म प्रक्रिया भन्छु।)

063



肌の痒みは妊娠によるものです。産後は治ります。

गर्भावस्थाको कारणले छाला चिलाउने गर्छ। बच्चा जन्मिएपछि निको हुन्छ।

064



痒み止めの薬を出します。

छाला चिलाउन रोक्ने औषधि दिन्छु।

065



妊娠中も飲める解熱剤・痛み止めを出します。

गर्भावस्थाको समयमा लिन सकिने एन्टिपाइरेटिक्स र दुखाइ कम गर्ने औषधिहरू दिनेछु।

MEMO

066



内診して子宮口の状態(開き具合・柔らかさ・厚さ)と赤ちゃんの頭の下がり具合を確認します。

पाठेघरको अवस्था (खुलापन, कोमलता, मोटाई) र बच्चाको टाउको कसरी तल झरेको छ भनी जाँच गर्न पेल्विक जाँच गरिन्छ।

067

子宮口は(開いてきました/まだ開いてきていません・柔らかくなって
います/まだ硬いです・薄くなってきています/まだ厚みがあります)

पाठेघर (खोलिएको/खोलिएको छैन/नरम भएको/अझै
कडा/पातलो भएको/अझै मोटो)

068

赤ちゃんの頭は下がってきています。/まだ頭の位置は高いです。

बच्चाको टाउको झरेको छ । / टाउको अझै माथि छ।

069



まだしばらくは産まれないかもしれません/出産の日は近そうです。

अझै केही समयको लागि जन्मिदैन/जन्म दिन नजिकै छ जस्तो लाग्छ

070



他に体調などで気になることはありますか？

के तपाईंको शारीरिक अवस्था को बारे मा केहि अन्य चिन्ता छ?

MEMO

071



毎回、診察券、保険証、母子手帳と補助チケットを持ってきてください。

कृपया आफ्नो बिरामी दर्ता कार्ड, स्वास्थ्य बीमा कार्ड, प्रसूति रेकर्ड बुक, र पूरक टिकट प्रत्येक पटक ल्याउनुहोस्।

072



補助チケットは名前と住所を書いて受付に出してください。

कृपया पूरक टिकटमा आफ्नो नाम र ठेगाना लेख्नुहोस् र रिसेप्शनमा बुझाउनुहोस्।

073



出産費用の預かり金〇〇円先にいただきます。

बच्चा जन्माउने खर्चको लागि 〇〇 येन जम्मा गर्न आवश्यक छ।

074

出産後の精算でこの金額は引かれます。

यो रकम बच्चा जन्मेपछि काटिनेछ।

075



出産一時金の手続きをします。書類を書いてください。

एकमुष्ट प्रसव भत्ताको लागि आवेदन दिनुहोस्। कृपया कागजी कार्य लेख्नुहोस्।

出産に向けての準備①

बच्चा जन्माउने तयारी①

076



赤ちゃんの聴覚スクリーニング検査の同意書です。

शिशु श्रवण स्क्रिनिङ परीक्षणको लागि सहमति फारम।

077

〇〇〇〇円かかりますが、多くのお母さんが受けます。

यसको लागि 〇〇〇〇खर्च लाग्छ, र धेरै आमाहरूले यसलाई लिने गर्नुहुन्छ।

078



赤ちゃんの先天性代謝異常症等のスクリーニング検査の同意書です。無料で受けられます。

बच्चाहरु मा जन्मजात चयापचय विकार, आदि को स्क्रीनिंग परीक्षण को लागी सहमति फारम हो। यसलाई निः शुल्क प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

079



入院分娩に関わる同意書・承諾書です。

अस्पताल डेलिभरीको लागि सहमति/अनुमोदन फारम हो।

080



ビタミンKシロップに関わる同意書・承諾書です。

भिटामिन K सिरपसँग सम्बन्धित सहमति र स्वीकृति फारमहरू।

MEMO

出産に向けての準備②

बच्चा जन्माउने तयारी②

081



パートナーまたは保証人の人にサインをしてもらってください。

तपाईंको पार्टनर वा ग्यारेन्टरलाई यसमा हस्ताक्षर गर्न लगाउनुहोस्।

082



自宅で書いてきてください。

कृपया यसलाई घरमा लेखेर ल्याउनुहोस्।

083



入院時に準備してもらうもののリストです。

यो तपाईं अस्पतालमा बस्दा खेरि चाहिने सामानहरुको लिस्ट हो।

084



入院中の過ごし方はこちらです。

अस्पतालमा बस्दा के गर्ने भन्ने जानकारी यहाँ छ।

085



助産師と出産についての話をします。

मिडवाइफहरु र बच्चा जन्माउने बारे कुरा गर्छु।

MEMO

出産に向けての準備③

बच्चा जन्माउने तयारी③

086



出産についての希望書(バースプラン)はこちらです。

बच्चा जन्म योजना(Birth Plan) बारेमा यहाँ छ।

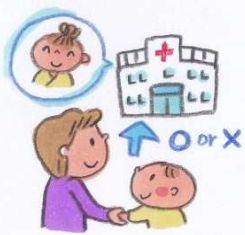
087



立ち会いはできます・できません。
(パートナー・上の子・実母・他)

म मिटिंगमा उपस्थित हुन सकिदैन। (पार्टनर, जेठो बच्चा, आमा, आदि)

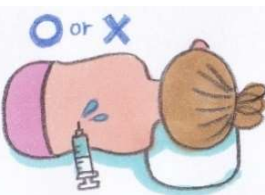
088



入院中の面会はできます・できません。
(パートナー・上の子・両親・他)

अस्पताल भर्ना हुँदा भेट्न सम्भव छ/सम्भव छैन। (पार्टनर, जेठो बच्चा, आमाबाबु, आदि)

089



当院では無痛分娩できます・できません。

यस अस्पतालमा, तपाईं पीडारहित डेलिभरी गर्न सक्नुहुन्छ / गर्न सक्नुहुन्न।

090



陣痛が (○分おきにきた時、出血をした時、破水した時) はすぐに病院に電話してください。

यदि तपाईंलाई पेट दुख्ने (प्रत्येक मिनेट, रक्तस्राव, वा पानी निस्किएको) छ भने तुरुन्तै अस्पताललाई कल गर्नुहोस्।

MEMO

出産に向けての準備④

बच्चा जन्माउने तयारी

091



陣痛タクシーを登録すると便利です。

सुत्केरी व्यथामा बोलाउने ट्याक्सी सर्विस दर्ता गर्दा सुविधाजनक हुन्छ।

092



病院に来るときはお伝えした荷物を全部持って来て
ください。

अस्पताल आउँदा मैले भनेका सबै सामान लिएर आउनुहोस।

MEMO

MEMO

MEMO

MEMO



日本にいる 外国人ママの お産と産後のサポート
Provide support for foreign women during
maternity, post-natal and while raising children

NPO法人Mother's Tree Japan

