

— もうすぐ赤ちゃんと会えるプレママのみなさんへ —

# ここのりくらぶ



vol.51  
2019 秋号

特集 .....1-4

## 病棟紹介

海外で活躍する助産師さん .....5-6

Information .....7

空は深く澄み渡り、さわやかな季節となりましたが、皆様もお変わりなくお過ごしでしょうか。

静岡県東部の総合周産期母子医療センターに指定されている産婦人科病棟です。今回は病棟について紹介させていただきます！



Mama



Baby



# 病棟紹介

## 分娩室

いよいよお産が近くなったら分娩室へ移動します。希望があればお父さん（入籍をしていて立ち会い分娩について説明を受けている方）の立ち会いができます。分娩室でも好きな音楽を聴きながらお産に臨むことができます。カメラ持ち込みOKです！



## 5A 病棟

**MFICU**  
(母体・胎児集中治療室) : 6床

切迫早産、前置胎盤、妊娠王血圧症候群、妊娠糖尿病、多胎妊娠といったハイリスク妊娠・出産の母体や胎児に対応する設備と医療スタッフを備えています。

総合周産期母子医療センター  
病室 MF-1~MF-5



## 病室

病室は個室 A・個室 B・大部屋の3種類になります。  
 個室 A (18,700 円) : トイレ・洗面所・シャワー・ソファーツきの個室です。  
 個室 B (12,100 円) : トイレ・洗面所つきの個室です。  
 大部屋 (1,650 円) : 4人部屋でカーテンでの仕切りになります。トイレと洗面所は各病室の入口にあります。  
 個室 B と大部屋に入院される方は病棟内にあるシャワー室をお使いいただけます。

## 陣痛室

陣痛や破水のために入院になったら陣痛室で過ごします。陣痛室は不安と緊張を取り除くため、よりリラックスできるような個室になっています。陣痛室ではお好きな音楽を聴いたり、マッサージをしてもらったりして過ごします。



## 新生児室

赤ちゃんの体重測定や検温、お母さんの体調がすぐれない時や、シャワーを浴びるときなどお預かりします。



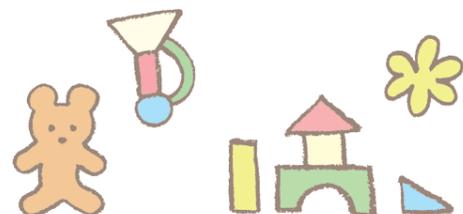
授乳室

授乳室で赤ちゃんがおっぱいをのむ練習をします。また、新生児センターに入院となって赤ちゃんにおっぱいをあげられないお母さんのケアも行います。おっぱいのことや赤ちゃんのことで分からないことがありましたらいつでもスタッフが対応いたします。



沐浴室

出生 4 日目以降に赤ちゃんはお風呂に入ります。初産婦さんを対象に赤ちゃんのお風呂の入れ方について説明を行います。



母乳外来

産後のおっぱいの状態をみさせていただくお部屋です。場所は 5 階の産婦人科病棟内に設置しています。妊娠中の胎児の超音波や退院後の 1 週間健診・母乳外来もここで行います。



当院では……



バースプラン

お産に対する思いや考えを書いてみましょう。バースプランを書くことによって、産婦さん主体のお産になるようにスタッフ一同努めさせていただきます。詳しくは母親学級や妊婦健診のときに説明します。

赤ちゃんのご面会

出産後、お母さんと赤ちゃんの状態がそれぞれ落ち着いていましたら、スタッフ付き添いのもと、面会をすることができます。生まれたばかりの赤ちゃんは低体温になりやすいと言われておりますのでご家族の方はできるだけまとまって面会に来ていただけるようお願いいたします。

母児同室

出生後 24 時間が経過し、お母さんと赤ちゃんそれぞれ状態が落ち着いていましたら、お部屋で一緒に過ごすためのお話をし、母児同室開始になります。



赤ちゃんの検査について

○ やってます

ABR (聴性脳幹反応) 検査

授乳後、赤ちゃんがよく眠っている間に短時間でできる聴力検査です。痛みや副作用、お薬の使用もありません。結果は、「パス」または「再検査」で出ます。出産後に希望を確認して、出生後 24 時間が経過したら実施しています。

新生児マススクリーニング検査

内分泌疾患や代謝異常疾患を生まれつきもっていないかを見つけるための検査です。かかとかから採血をします。

黄疸検査

黄疸とは血液の中のビリルビンが増えて皮膚や白眼が黄色くなってしまいう状態です。かかとかから採血をして必要時、光線療法という治療を行います。

× やってません

血液型検査

生まれたばかりの赤ちゃんは十分に抗体ができていない状態です。さらにお母さんの血液移行している場合もあり検査結果が不安定になる場合があるためです。

# 海外で活躍する 助産師さん

体験談



連載：第2回  
ながいあや  
永井綾

皆さんこんにちは！

日本は秋になり、だんだんと過ごしやすい季節になってきた頃でしょうか。

さて、前号より、海外での助産師活動として「アフリカ・スーダン」での母子保健の様子を紹介し始めたばかりでしたが、情勢が一時的に悪化してしまったため、スーダンから撤退することになりました。そして、今年7月より派遣国ががらりと変わり、太平洋に浮かぶ島「ソロモン諸島」で活動することになりました。今号では、私が活動を始めたクリニックでのお話をさせていただきます。

## 私の勤務場所紹介

私は首都・ホニアラ市が管轄している8つのクリニックのひとつ、クム・クリニックで活動しています。ソロモンの宗教はキリスト教で、毎朝クリニックは患者さんのお祈りの言葉で開院します。8時オープンですが、私が赴任してから定時に開いたことは一度もありません…(涙)。一日約100人程度の患者さんが来院します。医師は一人のみ。ここでは看護師と助産師が診察や処置、薬の処方も行います。日本ではあまり見かけないマラリアや生活習慣病(高血圧、糖尿病)の患者さんが多く、必然的に妊婦さんも高血圧などの合併症を発症している方が多いです。妊婦健診で日本と違うところは、健診に初めて来る大半の妊婦さんが6~7か月頃のお腹が大きくなってからということ。また、赤ちゃん

の心臓の音をトラウベという筒状の道具で聞きます(写真②)。1960年代に胎児の心拍が確認できる超音波検査器が導入されるまでは日本でもこのような風景があったようです。基本的にエコーをしないで出産を迎える妊婦さんばかりなので、助産師の手の感覚と耳、目がとても重要です。毎日多くの患者さんで溢れており、とても忙しいですが、看護師・助産師はみな愉快で、楽しそうに仕事をしています。私も慣れないビジン語で、妊婦さんたちとの会話を楽しんでいます。

## 異国の地で働き始め、感じること

ソロモンでの活動が始まり、今回も日本での仕事とは違うことが多く、初めは戸惑いました。この助産師は私が経験したことがない仕事もやっていて、私はどうしたらいいのかと考えたこともありました。ですが、しばらく一緒に働いてみると、保健指導が必要な患者さんに十分な時間を取れない、外の待合場所で待っている患者さんはただ座っているだけ、倉庫には使用期限の切れた医療物品がたくさんある、など「もったいない時間や物が多い」ことに気づきました。また、ソロモンでは未だ十分な学校教育を受けていない人も多くいます。そこに焦点を当て、マザークラスなど教育の時間を設けたり、外の待合室での時間に保健に関する知識を広めるための本を作って読んでもらうなど

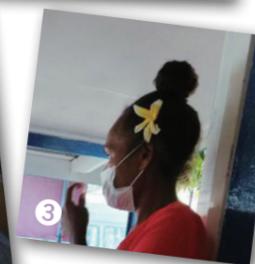
少しずつ保健指導改善に取り組んでいます。途上国の都心部は近代化に伴い、農耕する人が減少しインスタント食品やジャンクフードの流入等の影響により食生活が急激に変化したことで、生活習慣病が大きな問題になっています。そのため、日本が戦後から大切にしてきた「教育」がとても重要であり、ここソロモンに保健指導を取り入れ、少しずつでも患者さんの生活を改善できたら、と願っています。

## フォト レポート

① 外来診察室の様子。ここは総合クリニックで、月曜日は一般外来、火曜日は妊婦健診と、曜日によっては妊婦さんや産後の方以外も来院します。

② 「トラウベ」で赤ちゃんの心臓の音を聞きます。耳に慣れるまでは難しいと感じましたが、意外と聞こえるものです。

③ 花を頭につけて働く助産師。日本では見かけないですが、皆可愛いお花を見つけると、頭や耳につけてとてもオシャレです♪



## コラム

### ソロモンってどんなところ？

ソロモンは大きな5つの島と1000以上の小さな島から成る国で、私が現在住んでいるのは人口5万人ほどの首都・ホニアラ市。共通語はビジン語です。首都といっても信号が一つもなく、2時間もあれば街を歩いて回れる大きさです。1年を通して熱帯気候で基本的に蒸し暑いです。そこら中にバナナやココナツの木が生えているのはザ・南国!という感じですが、山もあり海もすぐ近くにあり、伊豆と少し似た環境です。



▲ ソロモン人のお宅へホームステイに行ったときの様子。ビジン語という英語を崩したような言語を使って生活しています。

## 永井綾 プロフィール

助産師免許取得後、当院・産婦人科5A病棟にて勤務し、2018年退職。同年JICAの海外協力隊として発展途上国であるアフリカのスーダン共和国へ渡り、小さな町の周産期病院で地域の助産師として活動。2019年7月より、「ソロモン諸島」で助産師として活動中。

ブログ

<https://profile.ameba.jp/ameba/ayanag2016>

## 2020年度 母親教室のお知らせ

分娩時に夫立ち合いを希望される方は第2課をご夫婦でご参加ください。

場 所 管理棟 4階、第1会議室

受講料 無料

対 象 第2課・第3課は当院の分娩予約をされている方

	日 時	対 象	内 容
第1課	毎月第1火曜日 13:30～15:30	妊娠初期～28週	妊娠中の栄養・生活について (管理栄養士と臨床心理士さんからのお話) 母乳の話として授乳体験
第2課	毎月第1・3土曜日 10:00～12:00	妊娠28週以降	入院時期やお産の経過・ 呼吸法について パースプランについて
第3課	毎月第2・3火曜日 13:30～15:30	妊娠28週以降	妊娠中・分娩後の必要物品と 産後のママと赤ちゃんの 生活について

## 母乳外来

母乳外来は母乳育児のサポーターです。

退院後上手く授乳できない、おっぱいが痛い、上手く搾れない、搾る量が減ってきた、そろそろおっぱいを卒業したいなど、母乳についてのご相談を受け付けております。

料 金 3,500円

対 象 母乳育児中の方  
(あらゆる時期に対応いたします)

おっぱいをマッサージしながら、育児の悩みもお聞きます。



### 申し込み方法

完全予約制の為、下記の電話番号にご連絡ください。

☎ **055-948-3111** (内線1160)

詳細は産科外来窓口まで

このとりくらぶバックナンバーがWEBで閲覧できます！

このとりくらぶ 順天堂

