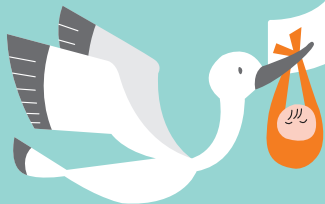


— もうすぐ赤ちゃんと会えるプレママのみなさんへ —

このたびは



vol.52
2020 冬号

特 集1-3

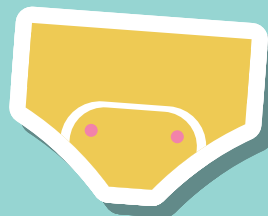
帝王切開

海外で活躍する助産師さん4-6

Information7

2020年を迎え、まだまだ厳しい寒さが続き春を待ち遠しい
と思う日々ですが皆さんいかがお過ごしでしょうか？

今回は帝王切開特集になります。海外で活躍している助産
師の連載や当院産婦人科病棟スタッフの経験談も掲載して
いますので是非ご覧ください！



帝王切開

お母さんや赤ちゃんが安全にお産を終えるよう、
帝王切開が必要になる場合があります。



帝王切開が必要な人

○選択的帝王切開（予定帝王切開）

- ・逆子の場合
- ・子宮筋腫など子宮の手術を受けたことがある場合
- ・前置胎盤・低置胎盤で子宮の入口が塞がれている場合
- ・多胎妊娠の場合
- ・前回のお産が帝王切開だった場合

など…

○緊急帝王切開

- ・赤ちゃんの元気がない状態（胎児機能不全）
- ・妊娠高血圧症候群などになりお母さんの体に負担が大きくなっている場合
- ・お産を終える前に胎盤がはがれてしまった場合（常位胎盤早期剝離）
- ・お産が長引いてしまった場合（遷延分娩）
- ・子宮に穴が開いてしまった場合（子宮破裂）

など…

入院準備

○手術日の決定

医師との相談のもと決定します。

○手術前の検査

帝王切開が可能かを判断するため、外来で採血や心電図・レントゲンの検査を行います。

○持参物

開腹手術のため、創部を保護するために腹帯が必要になります。

入院までに準備をお願いします。



帝王切開の流れ

○麻酔

腰椎麻酔、硬膜下麻酔

胸のあたりから足まで麻酔をかけます。お母さんの意識はあるので赤ちゃんの声を聞いたり出生直後に面会したりすることもできます。

○全身麻酔

一刻を争うような緊急帝王切開の場合、すぐに麻酔がかかる利点があるので全身麻酔になることがあります。

○時間

予定帝王切開の場合、手術室に入り麻酔がかかったところで手術が始まります。

赤ちゃんの誕生までは手術が始まってから約5～10分程度です。手術全体は1時間半～2時間程度かかります。



産後のスケジュール

入院後、病棟で胎児の超音波と診察を行います。手術前日に剃毛をして、シャワーに入ってください。麻酔科の医師から説明があります。



手術日	
手術1日目	体拭きをした後、看護師と一緒に歩行を行います。お昼からお食事が始まります。体調が良ければ、赤ちゃんのお世話を開始します。
手術2日目	体拭きをします。おならが出なければ坐薬を使用します。
手術3日目	医師が傷の状態を確認させていただきます。問題なければシャワーに入ることができます。
手術4日目	お通じが出なければ坐薬を使用します。
手術5日目	退院前の診察・採血・尿検査・体重測定を行います。
手術6日目	午前中に退院予定です。

《帝王切開で出産したスタッフ》奥平さん

みなさん、こんにちは。私は現在、3歳と5歳の娘2人を育てながら働いています。

育児と仕事で毎日奮闘中です。皆さんも現在、妊娠・出産を控えた皆さんの不安を抱えていることだと思います。そんな皆さんの不安が少しでも取り除ければいいかなと思ったので私の体験談をお話させていただこうと思います。

私は1人目を緊急帝王切開で出産しました。看護師でしたが初めての妊娠で不安になることも多く、切迫もあったので早めに里帰りをしていました。

実家で自宅安静の日々を送り、早く生まれてこないことを祈るばかりの日々でしたが、順調に進み36週に突入したすぐの朝に異変がありました。

朝からお腹の下側がずっと痛く、陣痛ではない痛みと下痢がありました。どんな姿勢をとっても痛みが収まらず病院に行き、胎盤早期剥離の診断。最初はなにがどうなっているのか自分の中でもパニックになり、泣いているうちにどんどん手術の準備は進んでいつの間にか出産は終わっていました。

私は経膣出産をするものだと思っていたため理想と現実を受け止められず、早く生んでしまっただけで申し訳ない気持ち、子供が死ななくてよかった安堵感など様々な思いが入り混じり、自分を責める日々でした。

5年たった今でも経膣出産したかったという気持ちは断ち切れません。しかし、日々の生活の中で子供たちの成長を見るたびに元気に育ってくれてありがたいと思っています。

もし、あの時に判断がひとつでも遅れていたら考えるととても怖いです。

帝王切開はお腹に傷もできますし一般のお産に比べ想像と全然違います。帝王切開を選択してもママは自分自身を責めないでください。

帝王切開は元気な赤ちゃんに会える選択肢の一つであり、ママ自身の命を守る選択でもあり立派な出産だと言えます。

病棟では医師・助産師・看護師でパパ・ママ・赤ちゃんをサポートしていきますので何か不安なこと悩んでいることがあれば伝えてください。皆さんの笑顔に会えることを楽しみに病棟でお待ちしております。

海外で活躍する助産師さん

体験談



連載：第3回
ながい あや
永井 綾

皆さんこんにちは。

ソロモンでの生活を始めて早くも6ヵ月が経過し、環境にも職場にも大分慣れてきたように感じます。ソロモンでは先月までマンゴーの季節真っ盛りで至るところにマンゴーが落ちていました！日本では考えられませんが、マンゴー一つ20円ほどで売られています！また、年末は任地の首都から船で15時間のところにある島を訪れ、綺麗な海に囲まれ、またまた自然豊かなソロモンの魅力を味わってきました【写真①】。





②

ソロモンの「お産」

さて、今季号は『帝王切開について』ということで、連載3度目となる今回はソロモンの『お産』について書かせていただこうと思います。

私の任地である首都ホニアラのある島はガダルカナル島といい、人口約8万人（ソロモンの人口は65万人）、岩手県ほどの大きさの島なのですが、お産ができる施設は一つしかありません。人々はお産になると島で唯一の病院に来てお産をするのです。

首都のある島ですが、道路がない部分がほとんどなので、村住民はお産の時は水上ボートでの移動になります。そのため、病院でお産をするのが難しいこともあり、未だに自宅や林の中、ボートの上でお産する人もいます（タクシーや車の中は聞いたことありますが、ボートの上はなかなか希少ですよ）。また、お産までに妊婦健診に定期的に行っていればまだいいのですが、一度も妊婦健診に来ない人が12%もいます。ソロモンの政府は4回以上の妊婦健診受診や病院での出産を推奨していますが、30%は満たしていません。インフラが整っていなかったり、教育が行き届いていないなどの理由により、なかなか難しい国の現状があります。



③

途上国での出産

妊産婦死亡率は10万の人口に対し130（日本5）、新生児死亡率は1,000の人口に対し13（日本0.9）です。また、ソロモンで問題になっているのは、若年出産です。出産全体の10%が10代の出産です（日本は約1%）。文化・風習的に改善するのが難しい問題ではありますが、まだ、身体の未熟な15～16歳の若者が妊娠・出産することは命の危険を伴うことも多く、重要な問題です。（※上記データは病院でお産した人のデータなので、自宅出産等を含めると数値が変動すると考えられます）

ソロモンの病院でのお産は基本的には産まれるまで『待つ』お産です。よく途上国で問題視されているのは『非・人間的なお産』です。意外だと思いますが、悲しいことにお産が進まないからと、陣痛促進剤を乱用したり、帝王切開を選択したり、お腹を押したり、不必要な会陰切開をしたり、「痛い～」と叫んでる産婦さんを怒鳴ったり、叩いたり、ケラケラ嘲笑することもあります。私は前回活動していたスーダンという国では何度もその場に立ち会ったことがありました。目の前にすると本当にショッキングな光景です。

ソロモンでの出産で感じたこと

しかし、私が見る限りソロモンでのお産は産婦さんに寄り添った自然なお産が多いです。産まれた赤ちゃんはそのままお母さんのお腹の上に乗せられて、へその緒の拍動が止まるまでそのまましばらく時間を過ごします【写真②】。へその緒をカットし、赤ちゃんは泣き止んだら勝手におっぱいを探し始め、吸いつきます。赤ちゃんの行動を見ていると、人間のからだは本当によくできているなあと感心します。お産後のお母さんたちはみんなお産後でもすぐに座って1時間ほど授乳をし、産後部屋に戻る時もスタスタと歩きます。そして早い人だとお産後8時間で自宅へ帰ります。回復力にびっくりです……。ソロモンでは逆子も双子も基本的には経膈分娩になります。ただ、前置胎盤（胎盤の着いてる位置が子宮口の部分）やその他必要な時には帝王切開分娩になります【写真③】。産後も部屋に戻ってからずっと赤ちゃんと一緒にです。帝王切開分娩はお産後3日で帰宅になります。この助産師達は技術も行動力もあり、日本では医師が行うこともどんどんやります。そんな彼女たちから見習うこともとても多いです【写真④】。



④

ソロモンでの生活

文頭でソロモンでの生活にも慣れてきたと書きましたが、慣れるとそれはそれで、稀にですが…何でこんな日本から離れた縁もゆかりもない途上国で生活しているのか、と考えることもあります。日本でもそうでしたが、患者さんにたくさん助けてもらいながら仕事をする事ができていました。それはソロモンにいる今も同じです。患者さんが頑張っている姿をみて、私も頑張ろうと思えることに感謝し、残り半年の任期を大切に過ごしていこうと思います。日本は現在、真冬で凍える日々だと思います。どうぞ、妊婦の皆さん（いや、全ての皆さま）、大切なお体をたくさん温めてあげてください。皆さんの幸せを願っています。暑い暑いソロモンより。



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助産師として派遣。スーダンでは小さな町の周産期病院（妊娠期～産後、新生児管理を併する病院）に所属し、地域の助産師として活動。昨年4月スーダンの情勢悪化により、任国が変更になり、現在は太平洋州に浮かぶ国「ソロモン諸島」の首都にあるクリニックで保健教育を中心に活動中。

<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 バ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

