惜しみない言葉

酒井 郁子
東京大学医学部健康科学・看護学科博士課程

結婚して5年目に妊娠した。私は看護婦として臨床と教育を経験し，そのときは修士課程に進み，論文作成の真っ最中につわりの時期を迎えた。しかし，おなかの子は親孝行で妊娠中一度もトラブルをおこさなかった。博士課程の1年生の夏休み，わたしは出産のために，実家の青森県八戸市に帰った。

故郷の市民病院で産もうと思ったのは，実家から車で5分の近さだったからである。看護職なのに安易な決め方ではあったが，結果はベストだった。娘と私はこの病院でよいケアを受け，出産し，退院することができた。

7月10日が予定日だった。その日の午前中から陣痛がきた。病院に電話すると，家でリラックスして，本当にがまんができなくなったら来て下さいといわれ夜になった。かなりの痛みになっていたので，9時過ぎに入院させてもらった。夜中に何度も助産婦さんが見に来てそのたびに呼吸法の声かけをしてくれたり，励ましてくれたり。でも朝になってもなかなかお産が進まず，疲れもピークに達して自分でもだんだんいやになってきた。

「こうやって自然のお産がゆっくり進む方が赤ちゃんも楽なんだよ」「呼吸をきちんとしているから赤ちゃんも元気だよ」助産婦さんはこちらの気分をもり立てるように，ついていてくれて，よいところを見つけてほめてくれる。私は単純だから，そういわれるともうすこしがんばろう，自分でなんとか産もうと思う。呼吸法も声をかけてくれればつられてなんとかやれる。そうやって一回一回の陣痛を助産婦さんとともに乗り越えている，そんな感じだった。いきむのも座産の分娩台だったし，助産婦さんとのチームワークだったから，無駄なエネルギーを使うことがなくリードに従っていきんだ。

月曜の午前11時20分という，もっとも病院では人手が足りていてギャラリーの多い時間に娘は生まれてきた。おなかの上に乗せてもらっておっぱいをあげた。脳内麻薬物質がたくさんでているせいでハイになっていた私に，助産婦さんは言葉を惜しまずたくさんほめてくれた。なんだか自分がすごく成長したような気分になった。私は助産婦さんにほめてもらったり，一緒にお産をふり返ってもらったりすることでずいぶん自分の妊娠と出産の意味づけをすることができたように思う。

それから分娩後3日目，おっぱいが張ってしまって，すごく苦しかったときに，桶谷式のマッサージの神様という助産婦さんからマッサージをしてもらった。すると，あんなに張っていたくてしかたがなかったのに，母乳があふれるようにでてきて痛みがすうっと軽くなる。薬も飲まずに手の技だけでこんなに痛みがなくなるという経験は初めてだった。家に帰ってから困ると思って，SMCを教えてもらったが，あのマッサージの技は忘れられない。

私はいまは研究の場にいる。看護についていろいろなことを考えてきたけれど，看護における技，アートの部分についてきちんと考えたことがなかった。でも患者のケアは看護婦の持つ技術によって質が高くも低くもなる。いくら科学的に裏付けられた援助でも技術が伴わなければ患者のメリットは少ないというあまりにも基本的なことを自分のお産を通して考えた。

私を担当してくれた助産婦さんがいなければこんなに自分のお産に満足感をもてなかっただろう。そんな思いを込めて自分の娘の名前に助産婦さんの名前を一字もらってつけた。その子もいま，もうすぐ1歳になろうとしている。

© IGAKU-SHOIN Ltd, 2013

2026/11/11 09:24:26