

私の三要素

小林 朝子

諏訪赤十字病院産婦人科病棟係長

三要素のバランス

私の生活は、よく遊び、よく働き、よく学ぶの三要素で成り立っています。どの要素が欠けてもバランスが悪く、自分らしくありません。実は「よく遊び」に力を入れたいのですが、よく働きよく学ぶからこそ、遊ぶ喜びが深く味わえます。毎日遊んでいたのではすぐ飽きてしまいます。

私の三要素は、ちょうど分娩の三要素のバランスがよくないと、正常に分娩に至らないのと同様です。バランスがよければ、順調に経過します。よって三要素がバランスよく配分できるよう心がけています。それが自分の生活に充実感が持てることにつながります。

よく遊ぶ

遊ぶと心に余裕が持てます。生活の中の潤滑油のようなものです。仕事がどんなに大変でも、何日後に遊びに行く予定があると思うと、頑張れるものです。今夢中なのは、スキューバーダイビングとゴルフです。

ダイビングでは、海の中という別世界の感動を味わっています。カラフルな魚たちを見ながら海中を漂っていると、胎児になったような心境になります。ダイビングのタンクは胎盤、タンクからレギュレーターまでのラインは臍帯、海水は羊水といった具合です。海流が穏やかな海の中では、まさに胎児になることができます。

ゴルフも日常生活と離れた別世界です。身近に同年代のゴルファーがいないため、父か父の仲間

とラウンドするのが常です。日頃接する仕事仲間や患者さんと違う年代の方々や、職種の違う人々と交流ができ、社会勉強になります。

病院と自宅間だけの行動範囲では、限られた世界しか見ることができず、視野が狭くなってしまうと感じます。

よく働く

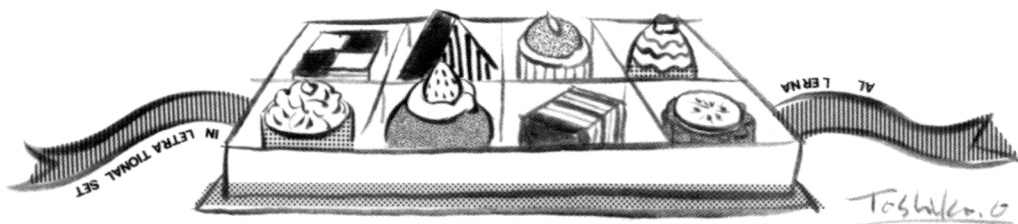
仕事は生活の糧であり、生きていくための大切な要素です。生活の糧と言うとそっけないのですが、助産婦は私にとって好きな仕事です。

私は今年度から中間管理職になりました。未熟なりににも皆に助けてもらいながら、教えてもらいながら頑張ろうと考えているので、変に気負ったところはないつもりです。しかし今までのように、自分の看護にだけ力を注ぎ努力していくのは、もう卒業です。

現在「マミー外来」という名前の助産婦外来を立ち上げ、少しずつ実績をあげているところです。助産婦外来を設けると、妊娠期や育児期にも助産婦らしい援助が提供でき、継続看護が充実します。援助の幅を広げると、助産婦としても勉強し直したり、技術の向上に努力するようになり、看護力の強化になると考えています。

助産婦外来は助産婦学生時代に漠然と“いいな”と考えていた分野です。その頃はまさか自分が中心になり、助産婦外来を設けるようになるとは夢にも思いませんでした。

ところで私事ですが、最近の大きな経験としては、妹の分娩を担当したとがあります。身内の分



娩は私情が入り、助産診断を誤ってしまう可能性が高いと以前から考えていました。

妹は遠方より里帰りをしてきた数日後に、切迫早産と羊水過少とIUGRで入院することになりました。助産婦として妹を担当する私は、本当に動揺しました。様々なリスクを考え、帝王切開を想像した時は非常にショックで、今まで「赤ちゃんのためだから」と多くの産婦さんに説明していた自分は、何と軽々しく「帝王切開」を口にしていたのだらうと反省しました。

いざ妹が陣痛開始した時は、他のリスクは改善され羊水過少のみのリスクになっていたためか、自分でも驚くほど冷静に判断できました。結局、無事正常分娩に至り、かわいい甥を抱いた時、助産婦として、姉として、肩の荷が降りました。身内の分娩は心臓には、実によくありません。

現在、妹と甥は退院後の生活をわが家で送っています。私が日々行なっている退院指導の内容を、自宅で2人に生で確認させてもらっています。毎日2人に接しながら、私も育児の大変さと楽しさを実感しています。

妹と甥を通して体験した内容を、援助の実践や看護学校の授業で生かすよう心がけています。妹の事例を話すと、妊産褥婦さんも学生も、疑似体験したかのような状態になり、一般的な知識を話すだけよりも興味深く耳を傾けてくれ、よく覚えてくれるようです。

よく学ぶ

助産婦として専門性の高い仕事をするには、

日々新しい知識や技術を学ぶ努力が必要です。しかし私は、現在「マミー外来」を通じて勉強会をするくらいで、これといった特別な努力は、正直言ってもあまりしていません。日々、1例1例の看護を大切にし、よりよい援助が他に考えられなかったかどうかを振り返るようには心がけています。

今私が最も集中している勉強は、医療の分野ではありません。通信制大学で哲学を専攻しています。もともと地道な努力が苦手なので、自己学習は大変です。今までの“教えてもらう・授業を受けられる”学生時代はなんとありがたかったかと、痛切に感じます。それでも大学は卒業しておきたいという一心で続けています。

看護・助産界の知識を極めるのもすばらしいと思いますが、「豊かな人間」になりたくて、大学教育には別の分野を選びました。「豊かな人間」になれば看護にも幅が出ると思います。学んでいる内容は何らかの形で自分にプラスになると考えています。私の場合、何よりも日々の努力が苦手なので、あえて自分を努力が必要な状況に置いています。そうでもしないと、何もしないまま時間はあっという間に過ぎ去ってしまいます。

以上がわたしの三要素です。分娩の三要素にしても精神面の要素が加わり、四要素が大切になってきています。今度は自分にも精神面の要素を加えて、パワーアップしたいところです。

今回は、宮本智子さんにバトンをわたします。