

8年ぶりの出産

賀数 いづみ

沖縄県立沖縄看護学校助産学科教員

平成10年1月11日、次男が無事に誕生した。高齡出産で不安も大きかったが、周囲の温かい励ましや支えを得て無事に出産することができた。長女や長男の出産時はまだ私も臨床で働いていたが、今回は私が助産学科の教員になってからの妊娠・出産で、8年ぶりということもあって、長女・長男の時よりも妊娠経過や出産、育児を楽しむことができた。その体験を通して感じたことを書いてみたい。

嬉し恥ずかしの妊娠

月経の遅れに気づき、市販の妊娠検査薬で検査すると反応はまさしく(+)を示した。夫は、大変喜んでくれた。

産婦人科を受診し、妊娠を確認。元同僚の祝福やからかいに、気恥ずかしい気持ちをこらえながらも自然に口元がゆるんでしまう。久しぶりの妊娠で興奮していたせいか、血圧もやや高くなってしまった。

前回の妊娠時との違いは、職場環境の違いと高齡であることのほか、夜間大学の学生生活を続けていたことであった。

妊娠初期から経過に不安もあったが、とにかく妊娠中の健康管理を十分注意することと、妊婦生活を楽しむことを心がけた。食生活に注意し、休日はできるだけリラックスして休養をとるようにした。

血圧もやがて落ち着き、時々尿蛋白が(±)となったりしたもの、同僚の配慮もあり、どうか仕事も大学の講義も休むことなく無事産休に入る

ことができた。

周囲の心配をよそに、年末まで大学の講義も受講することができた。とにかく、体を冷やさないこと、時間にゆとりを持って行動し、移動には、エレベータを利用するなど、徹底して体の負担を減らすようにした。

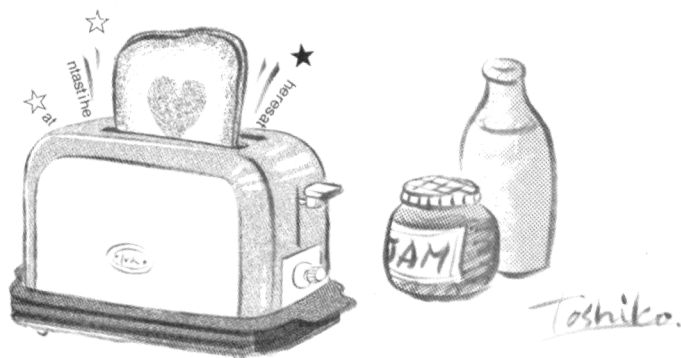
妊娠中の楽しみ

妊婦として、一般向けの妊娠・出産の雑誌や相談欄などを読むのも楽しみの一つだった。新たな発見や新しい製品を見つけ、便利になったことを実感した。

子供たちと生まれてくる子について話をしたり、おなかに触れて胎動をタイミングよくキャッチできたときの夫や子供たちの反応を見るのも楽しかった。また、おなかの赤ちゃんへ話しかけたり、胎動時に軽く圧迫すると蹴り返してくるような反応も嬉しかった。

妊娠経過や自覚症状をこれまでの経験や教科書、妊娠出産の本と比較したり、助産婦外来で助産婦とお産について話し合ったり、妊婦生活を堪能した。

少しずつおなかが大きくなって、私が学内実習で、白衣のベルトが締められずにいたことから、学生の知るところとなった。最初に確信した学生は、感激して涙まで流してくれた。学生の祝福はなにより嬉しかった。年度の途中で休みに入ること、それを謝り、それまでは精一杯みんなと頑張ること、また機会があれば妊婦としての実感を皆に伝えることを話した。



学生には、いろいろな場面で自分を教材にして説明を加えた。学生もディスカッションでは率直に質問をしてくれ、私も少しは学生の勉強に役立つことができたようである。

超安産

37週の健診での超音波の結果、「早くお産したほうがいいかも。3300gはあるよ」との医師の言葉に、運動のためにと、さっそく徒歩で帰宅する。その夜から産徴があり、5日後の朝、いつもと違う腹緊が出現した。

5分毎の軽い腹緊が発来したのでシャワーを浴び、産院へ連絡する。12時55分、産院に到着。まだ5分毎でそんなに発作は強くないことを伝え、モニターを装着してもらう。3回ほど強い陣痛がきて、これが続くのはイヤだなと思ったとき、羊膜がぱちんとはじけた。破水と同時にいきなり児頭が下降してきた。自分自身の予測を上回るスピードである。木のぬくもりのある分娩室に移り、夫の手を握りながら、13時39分、3,334g、アプガースコア10点の元気な男の子が無事に誕生してくれた。自分の目で娩出を確認でき、元気な男児であることがすぐにわかった。「超安産」と言われ、「開院以来のスピード出産」という。いろいろ不安はあったが、実際は分娩が開始すると不安を感じる間もなかった。

出産後は、夫とも兄ともずっと一緒に過ごし、駆けつけてきた両方の両親や2人の子供たちと、湧きでる喜びを味わうことができた。これこそ至

福の時であろう。

事前にお産の時の希望を聞かれたが、自分のこれまでの体験から、「とにかく自然の経過であまり身構えることなくリラックスして出産に臨むことができれば」と話していた。分娩第1期に、さまざまな疼痛の緩和法や湯船につかったりすることもすすめられたが、過去の経過からその余裕はないだろうと話し、もし余裕があれば経験したいことを伝えていた。

今回、子供たちが毎日でも来られるようにと、自宅近くの産院を選んでよかった。車で5分の距離で、陣痛発来してからも自宅で家事をしながら夫や子供たちといつものように過ごせたのが自分にとってはよかった。今回破水後の急速な分娩進行は予測できず、経産婦の急速な分娩進行を身をもって体験した。もし自宅で破水があれば、本当に間に合わなかっただろう。

お産は、その人なりに自然体で臨むことができ、持てる力を十分発揮できること、内なる喜びを実感できることが大事なことだと思う。

入院中は母児同室で過ごし、子供たちにそれぞれが生まれたときのことを話したり、日々、家族とともに喜びを分かち合うことができた。子供たちが新しい家族の誕生を理解できる年齢となっていて、高齢出産も悪くないようだ。今、両親や家族の協力のもと、わが家の新しい天使の一挙一動に、喜びと感動の毎日を過ごしている。

次は、岩手県立衛生学院で頑張っている藤原睦子さんにバトンを渡します。