

助産所出産体験記

堀悦子

国立病院東京医療センター外来助産婦

平成9年10月に、私は長女を助産所で出産しました。2年も前の話になりますが、その時の体験について書いてみたいと思います。

何も考えていなかった妊娠中

妊娠がわかってすぐ、私は自分の勤務先の病院を受診しました。その後しばらくは妊婦健診に通っていました。当時、看護教員をしていた私は仕事に追われる日々で、自分の妊娠や分娩について考える余裕はありませんでした。学生が夏休みに入った8月、産休も目前となり、やっと自分のことをじっくりと考える時間をもつことができました。そして、そこで初めて、出産施設さえも決めていなかった事実気づき、少々焦りを感じました。

どこで出産するかを考えるにあたって、以前厚生省看護研修研究センターで学び、友人たちと討議し合った日々を思い出しました。「助産婦とは」「助産婦の独自性とは」などとテーマをつきつめて討議していくうちに、それまで自分が臨床にいた時に考えていた以上に、助産婦が魅力的な職業であると実感した経験がありました。

私は妊娠するまでは、漠然と、自分は病院で医療機器に囲まれて、医師の立ち合いのもとでお産をするのだらうと思っていたのですが、いざ出産施設を決めるにあたっては、自分の腕に自信をもった開業助産婦さんにお産をとりあげていただきたいという気持ちになっていました。幸いにも妊娠経過が順調であり、大きなリスクもなかったため、世田谷バースハウス(現・アクアバースハウス)でお世話になることに決めました。

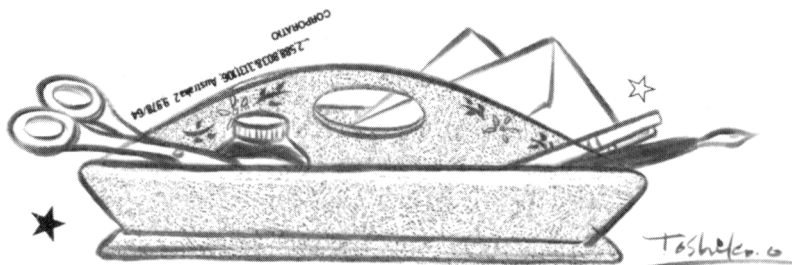
私がはじめて世田谷バースハウスを訪れたのは、妊娠32週の頃でした。最初は健診ではなく、見学として来てみてから決めるようにと院長の山田節子さんから言われていました。実際に見学させていただき、施設そのものより、山田さん自身に人間的な魅力を感じました。“山田さんにとりあげてもらえるのであれば安心してお産できる、ぜひここで出産したい”と思いました。そのような私の心を知ってか知らずか、山田さんは妊婦健診の際によく「お産の主体は自分自身。私はお手伝いはしますけど、産むのはあなたですからね」とおっしゃっていました。同じような言葉を自分も妊産婦さんに言ったことはありましたが、それを実感し、自分の責任においてお産をしなければいけないと感じたのは初めてのことでした。

助産所での最初の妊婦健診の時に、自分のバースプランを書いてくるようにと言われました。バースプランといわれても、お産というのは“分娩監視装置をつけ、仰臥位で頭上にある棒を押し上げながら行なうもの”というイメージが強く、いざ、自分がどのようなお産をしたいかとは、なかなかイメージできませんでした。

私はバースプランとして「①水中分娩はしません、②夫立ち合い分娩はしません(夫は血を見ると倒れてしまうタイプなので)、③分娩時の体位は、その時に最も楽だと感じる体位でお願いします」と書きました。

気がつけば、夫立ち合い分娩

10月5日朝5時30分、私は、お腹の張りに気



づき目覚めました。ねぼけた頭で、この痛みは普通ではないので、きっと本日中には分娩になるだろうと感じていました。再び寝ようと横になると、2度目のお腹の張りと痛みが来ました。恥ずかしながらこの時点で私は、痛みを耐えがたいものと感じていました。「初産婦＝平均分娩所要時間 12 時間」ということが頭に浮かび、このまま夕方まで産まれないなら帝王切開でもいい、と思ってしまいました。とはいえ、泣き事ばかり言ってもいられないので、入院してもいように掃除をし、朝食を食べ、入浴をしました。入浴したのをきっかけに 10 分間歇だった陣痛が、すぐに 5 分間歇になりました。その日は日曜日、8 時になって夫を起こし、陣痛が来てすぐにでも入院しようと思っていることを告げました。

8 時 40 分、車で助産所へ向かいました。車中、夫がいつ産まれるのかと聞くので、「初産婦の平均では夕方くらい、早ければお昼くらい」と答え、夫は「お昼に産まれるのならまだ入院しなくてもいいのに」と言っていました。その時点で 3 分間歇だった私は、夫にやや失望、と同時に、男の人はこんな感覚なのかなと思いました。

9 時少し前に助産所に到着しました。自分がかんばってお産をするんだという気持ちはありましたが、山田さんの顔を見てホッと安心したのも事実でした。内診すると子宮口全開大で、すぐに診察室兼分娩室では分娩の準備がなされました。私は、クッションをかかえて横になったまま動けなくなっていました。夫は状況を飲み込めないまま山田さんに促され、私の側に付き添ってくれてい

ました。立ち合い分娩をするつもりはなかった私ですが、側にいる状況であれば、頼ってしまいます。「腰をさすって。もっと下」「肛門のところを押して」などと指示を出していました。

夫の援助と山田さんの上手な声かけで、私は夢中でいきんでいました。最後は山田さんの「もう力を抜いて」の声に「だめです。力が入っちゃいます」と答えながら、赤ちゃんが生まれる瞬間を感じていました。入院して約 1 時間後の午前 10 時 9 分。分娩時の裂傷がなかったため、血液が 1 滴もついていないきれいな女の赤ちゃんでした。一番に、夫は抱かせてもらっていました。

自分のお産を振り返って

助産所に入院してお産になるまでの約 1 時間は、私にとっては必死にいきむだけだったのですが、客観的に考えると、ゆったりとした時が流れていたと思います。夫はその日初めて助産所を訪れたのですが、山田さんの勢いに押されてお産に立ち合えたことを今では感謝しているようです。このようなお産ができたことは、私たち夫婦、そして娘にとっても、意義のあることだったと思います。

現在、私は外来で妊婦健診に携わる仕事をしています。来院妊婦さんが多いとどうしても“3 時間待って 3 分診療”的になってしまうのですが、短い時間でも助産所のような信頼関係を築ける関わりができるといいなと思っています。

今回は、新婚で滋賀県にお住まいの北村八重子さんにバトンを渡します。(ほり・えつこ)