

妊・産・褥婦のトラブルの認識を 新たにさせられる 1 冊

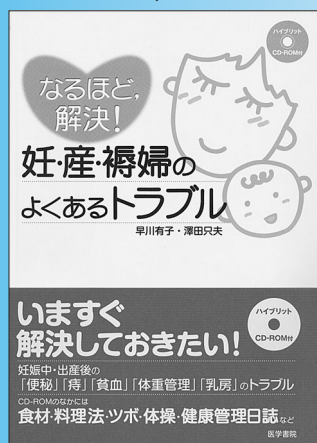
【評者】加藤睦 開業助産師・保健福祉センター非常勤保健師

なるほど、解決！
妊・産・褥婦のよくあるトラブル
早川有子・澤田只夫（著）

ただいま第2子を妊娠中の私は、第1子するとき以上に、ヒシヒシと妊・産・褥婦のトラブルの重大さを感じている。助産師外来もない病院での勤務経験しかない私は、出産前後の場面しか知らない。経産婦は出産が軽く、育児経験もあり、母乳育児の確立も容易なことから、どちらかといえば「楽」なイメージであった。

ところが自分自身が妊婦になってみてビックリ。これほど妊娠中のしんどさが違うとは。私だけが特殊なケースなのかと思い多くの経験者に聞いてみると、ほとんど皆様に「一人目よりしんどかった」と言う。自分は30代後半、知り合いも同じような年代が多く、そのせいもあるかと思われるが、いまや出産のピークは30代にあるといっても過言ではなく、それゆえに、これらのトラブルはますます増えてくるだろう。本書にもあるように、トラブルをかかえるリスクは経産婦のほうが多く、出産後も後遺症として残る確率が高く、育児負担が大きいのも経産婦である。多くの人は「産後はこんなもの」とあきらめているのであろうが、妊娠中からの積極的な取り組みによって症状の軽快・改善が見られれば、初産・経産にかかわらず、産後の育児も劇的に改善されることは想像に難くない。最初の妊娠のときから自分におこったトラブルの原因や解決方法を知り、実行できることは、次の妊娠にも非常に役立つ。

この本で取り上げられている項目は、便秘、痔、貧血、体重管理、乳房トラブルである。乳房トラブル以外は、どちらかといえば栄養士による食事指導や、医師からの処方に頼っている部分が多いのではないかと、思う。本書は非常に細やかに解剖生理学的なところから、その原因やそれらが生み出す深刻なトラブルについてエビデンスを重視して説明がなされ、認識を新たにさせられる。貧血や便秘・体重増加の原因はさまざまでありながら、私たち医療従事者がいかにそれらを十把一絡げに同じ対処をしていたのか、本書を読んで反省させられた。是非とも、多くの保健師、助産師が本書を参考にし、個々人のそれらの原因を考え、どんな栄養、服薬、生活のアドバイスが必要なのか、交通整理し、コメディカルスタッフと協力して妊産褥婦を支えるようになってもらいたい。



定価 2,730 円(本体 2,600 円+税 5%)
B5判, 176 ページ
医学書院(Tel.03-3817-5657)