



お産&子育てサポート

発行・編集
お産&子育てを支える会
代表 齊藤 智孝
編集者 東 直美
TEL/FAX 090-7103-2240



自然災害・政治腐敗・企業不正・・・どうなるの日本は？

新しい年を迎えたその日に能登半島地震が発生、多くの死者や家屋の損壊を招き、未だ復興にはほど遠い状態であると報道されています。阪神淡路、東北、そして熊本に続く大地震に今までの教訓は生かされたのでしょうか？また、政治の世界では自民党安倍派の多額の裏金事件が発覚、政治資金規正法違反で多くの政治家が逮捕され、派閥の解散で幕引きを図ろうとしています。他にも県内ではダイハツの品質不正問題が発覚し生産停止に追い込まれ、三種類の車の型式指定取り消しまでと非常に厳しい処分が下されています。海外ではイギリスの郵便局えん罪事件に富士通開発の会計システム「Horizon IT」のエラーが関係、しかもその不具合はシステム導入当初より解っていたことも発覚し、イギリス議会でも取り上げられる問題となっています。国内だけでなく国外でも日本の信用が落ちるような事件がおこっています。



昨年5月にコロナ感染症が5類に引き下げられ、これで生活や行動の規制が緩み経済活動が上向きになってきている状況にこのようなマイナス因子はできればおこらないでほしかったですね。天災は避ける事は難しいですが政治家や企業の不正は人間が自ずと招いたもの、国民がこの物価高で給料は上がりず苦しい生活を強いられている折りに、数千から数億円もの裏金を得ていたとは・・・政治に対する国民の信頼は地に落ちたと言っても過言ではないでしょう。

20年以上国が取り組んでいる少子化対策も効を期さず、2023年11月の段階の出生数が69万人、このままのペースでいくと2022年度の79万人を遙かに下がり70万人半ばと予測されています。天災や政治家、企業の不祥事が続く中、いつになれば少子化が改善するのでしょうか？保育園問題も大事ですが、保育園に入れるもう少し前の“出産”がより満足のいく「もう一度産みたい」という状況にすることも重要だと思うのですが・・・。出産の主体である女性たちよ出産場所を「近い・綺麗・フランス料理が食べれる等」の理由でえらぶのではなく、「どんなお産ができるのか？」「自分はどんなお産がしたいのか？」をまず考えて下さい。



無痛分娩はどうなるの？

コロナ禍で面会制限の中、孤独に痛みを耐えて出産に挑んだ反動でしょうか、無痛分娩を望む妊婦が増えてきているそうです。特に関東の都市部では顕著だとか・・・。「無痛分娩」は麻酔によって陣痛を和らげ、母子への負担を軽減し、産後の母体の回復を早め、育児や家事に復帰しやすくなる云々とよくうたわれています。その最たるケースがイギリスのキャサリン妃で、出産後10時間に元気な姿で退院されたのは、無痛分娩だったからとも言われています。

そして、世界の硬膜外分娩率はアメリカ全体では73.1%、フランスでは82.2%、カナダ(57.8%)、イギリス(60%)、スウェーデン(66.1%)、フィンランド(89%)、ベルギー(68%)と北米やヨーロッパでは一般的に硬膜外無痛分娩が多数を占めています。一方、イタリア(20%)やドイツ(20-30%)、ギリシャ(20%)は比較的硬膜外無痛分娩率が低い状況もあります。アジアは全体的に硬膜外無痛分娩率が低い地域ですが、イスラエル(60%)、中国(10%)

シンガポール(50%)、韓国(40%)と、やはり欧米同様、国によって違います。(データは日本産科麻酔学会のホームページより)

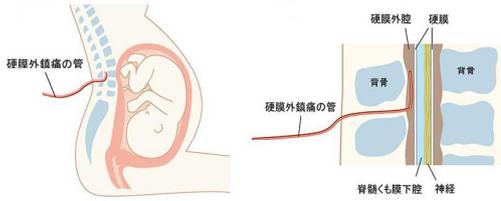
そのようなか、日本では実施率は2007年2.6%、2016年6.1%が2020年8.6%と増加傾向にあり、最近では無痛分娩が半数近く占めるクリニックも出てきています。しかし、欧米に比べるとまだ少ないのは、欧米では大規模な医療施設での出産が多いのに対して、小規模な産科での出産が多い日本では、麻酔科医が不足していることが一因とされるとも言われていますが、「痛みを耐えて産むことが美德」「痛みを乗り越えて産むからこそ赤ちゃんが可愛いと思える」「痛みを耐えて産んでこそ母親になれる」等の価値観や国民性も大きく影響しているのではないのでしょうか？



無痛になる仕組みは？

陣痛の痛みは脊髄(背骨の中の神経)を通して脳に伝わり痛みと感じます。その脊髄の近くに麻酔をすることで陣痛が和らいだり、感じなくなるのです。





脊髄の硬膜外という部位に細くて柔らかなチューブを

入れ麻酔薬を少しずつ注入し続けるのです。

「無痛」と一般的に言われていますが、麻酔薬の効果は個人差あり完全に「無痛」と言うわけではなく、痛みが和らぐ「和痛」と言った方が正しいのかもしれない。

硬膜外麻酔分娩はどうなるの？

当然「痛み」は和らぎます。

それだけでなく他にも身体に変化が現れます。

1. 身体を動かすことは可能だが、薬が運動機能に影響を及ぼすと一時的に歩けなくなることがある。長時間座ってしびれを切らした状態になると上手く歩けない、そう言った状態になる。
2. 硬膜外麻酔は母体の血圧を下げ、胎児の心拍を遅くする可能性がある。
3. おしっこが出にくくなる。歩きにくくなる事で、トイレに行けなくもなり、出にくくなった尿はチューブを使って尿を出す処置が必要となることがある。
4. 麻酔の影響で頭痛（硬膜穿刺後頭痛）や腰痛（麻酔用の管を腰に刺した影響）がおこることもある。
5. 薬の量が多すぎたりすると、子宮口が全部開きいきめるようになった時にいきみにくくなることがあり、器械分娩（吸引分娩）の必要性が高くなる。



陣痛の痛みや感覚がある事で赤ちゃんをいきんで産むことができる。直腸にうんちがたまりその感覚（便意）がわかり排便すると産む行為は何ら変わらない。いきみたいと感じるようになることは大



切である。お産に痛みや感覚は重要なのだが、それを麻酔で麻痺させると、自分で産み出しにくくなる。6. 硬膜外麻酔分娩は陣痛の痛みを和らげるだけでなく、陣痛の強さも弱くするためお産が進みにくくなる。その為に陣痛促進剤を併用し、陣痛を強めることが多い。



無痛分娩は麻酔管理が重要

無痛分娩はいろいろな身体への影響を考えると、医療的管理、特に麻酔管理は重要であることから、厚労省はH30年に「無痛分娩の安全な提供体制の構築について」で麻酔管理者は5分以内で妊婦のところに行ける体制を取らなければならないと言っている。



日本では、無痛分娩は計画分娩（誘発分娩）がほとんどです。自然に陣痛が来た時に硬膜外無痛分娩を始められるとよいのですが、現在の日本では365日24時間硬膜外無痛分娩に対応できる体制が整っている施設は少なく、限られた曜日や時間帯にしかできない施設がほとんどです。その為計画的に硬膜外無痛分娩をするのがベストで、誘発分娩となります。身体がお産に向けて準備ができてない状態で誘発しても陣痛がおこらない場合も多々あり、何日もかかってしまうことも起こります。

無痛分娩を選んでも



しかし、痛みが弱い方や、お産そのものに恐怖を感じる方にとって無痛分娩は有り難いですね。そして、医療的管理が必要な無痛分娩も、従来の自然なお産も赤ちゃんを生み出す仕組みは同じです。誰かに産ましてもらうのではなく、妊婦さん自身が産むのです。その為、無痛だから何もせず病院のお任せではなく、「自分が産むんだ！」思いを持ち、お産に向けての身体づくりの努力はして下さいね。



産むのは自分だ！を忘れずに。



- 4日(日)8:00～太郎坊に登る会
- 6日(火)10:30～マミーハウス
- 8日(月)10:30～ぬぬの会
- 9日(金)10:30～こそだてパンザイ
- 10日(土)13:30～しあわせお産相談会
- 12日(月)10:30～ベビーマッサージ
- 13日(火)9:00～鍼灸の日
- 17日(土)13:30～お産塾[お産について]
- 20日(火)10:30～セルフ整体トレーニング 産後
- 13:00～セルフ整体トレーニング 産前
- 24日(土)13:30～八幡ママパパレッスン (子どもセンター)
- 27日(火)10:30～すっぴんまんぷく会
- 28日(水)9:00～鍼灸の日

2月の予定

19日(月)10:00～13:00
「ごちゃ混ぜチャムプルーな居場所 猿の群れ」
八幡 助産院月の小屋

2/15(木) 10:00-13:00 受付9:45

子どもとおとなのおひるごはん

地域の健康推進委員さんと一緒に作る！たべろ！お昼ご飯

安土コミュニティセンター 調理室 多目的室 定員 参加費 1000円

この事業は近江八幡まちづくり推進協議会を事務局に運営しています

～お産がヒトを本来のヒト、たらしめる

カンヌ映画祭COVID部門最優秀賞受賞 助産師 信友智子 ドキュメンタリー映画 「SANBA 産婆」

2024/2/24(土)13:00-16:00 受付12:30から/参加費1,000円

この30周年の共同助産所 お産子の家「助産院先住のちも愛されます」

前半 映画鑑賞13:00-14:00 後半 ZOOMディスカッション14:15-16:00

※ 映画鑑賞とお話両方出席、事後のアンケート記載が必須条件です。

場所: 西の湖までーしよん 近江八幡市安土町下敷4187-3

申込・詳細: グループフォームからどうぞ

おっぱい塾10:00～

1日(木)安土コミセン

8日(木)八幡ことしん2F

1日・8日も「排泄の話」

22日(木)安土コミセン

「歯科衛生士さんのお話」

24日(土)彦根子どもセンター

27日(火)水口まる一む

あづちわくわくおっぱい塾

お産・おっぱい・子育て

3.2(土) 10:00～11:30 (受付9:45～)

講師 葉山美さん

お産・おっぱい・子育ての悩みを解決！



