

当院のお産について

基本スタイルは自然分娩です

お産の主演はパパ、ママ、赤ちゃん。私たちはあくまでもそのサポート役です。

川（子宮・産道）から海（外の世界）へ航海する船に例えるなら、船（赤ちゃん）をいかに座礁しないように海に導くことが出来るかが私たちの役目だと考えています。

船を操縦する船長さん（ママ）も妊娠中に知識を身に着けていくことはとても重要です。（マザークラスや助産師外来、居住地で行っているパパママクラスへの参加等で学んでいきましょう！）そして、実際の出産・産後入院中に丁寧にサポートをしていきます。

当院には知識豊富な助産師・看護師が多数在籍しております。経験してきた分、サポートの行い方も多様性があります。さらに【経腔分娩について】に記載していますように呼吸法・スタイルは様々なものがあります。ご自身で学び実践することに関しては精一杯私たちもサポートいたしますが、サポートする助産師によって取り入れる方法が違うこともあります。助産師外来で皆様と分娩について一緒に考えていけたらと思います。

医学的な介入は、十分な説明の上、最小限にかつ有効に行っていきます。

経腔分娩について

ラマーズ法

よく知られている『ヒッ、ヒッ、フー』の呼吸の仕方をはじめとし、お産の進み具合に応じていくつかの呼吸法を用いる方法です。

ソフロロジー法

出産に対する不安や恐怖心を取り除きリラックスして出産に挑むようにする。妊娠中から音楽などを聴き、イメージトレーニングをして練習しておくことが必要。当院ではピンポイントでの指導・実施はしていません。

ガスケアアプローチ

妊娠中から骨盤ベルトを併用しながら正しい姿勢や呼吸法を練習することが大切。骨盤底筋群に負担をかけずに分娩する方法。当院ではピンポイントでの指導・実施はしていません。

フリースタイル分娩

決まった体勢はなく、自由に行う分娩方法です。出産直前まではママが楽な姿勢でのサポートを行います。出産直前は医療介入・産後の出血に備え仰臥位（仰向け）となります。

無痛分娩

当院では対応していません。

計画分娩

児の発育や母体に何らかの問題があり、早期の出産が求められる場合、事前に分娩日を決定しての出産となります。ご家庭の都合のみで分娩日を決めるということはあまり行なわれていません。

帝王切開について

帝王切開には「予定帝王切開」と「緊急帝王切開」の2パターンがあります

予定帝王切開・・・予め帝王切開の日時を決めて、その予定された日に実施する帝王切開のこと
例・・・既往帝王切開/逆子/筋腫核出術の既往歴/妊娠高血圧症候群等の母体合併症等

緊急帝王切開・・・お母さんや胎児の状況によって、急遽すぐを実施する帝王切開のこと
例・・・分娩中の児心音異常/分娩停止/母体の合併症等

帝王切開が始まると、予定帝王切開も緊急帝王切開も同じ流れになります

切開方法について

帝王切開には、お腹の中央を縦に切る「縦切開」とお腹の下部を横に切る「横切開」の2種類の方法があり、それぞれにメリット・デメリットがあります。

腹部の筋肉や腱が縦に走っているので、縦切開の方が自然で出血も少ないのですが、傷跡がどうしても目立ちます。横切開は恥毛のすぐ上を切開するので、傷跡が目立ちにくいという利点がありますが手術に時間がかかります。当院では、基本的に傷跡が目立たない横切開を行っております。

ただし、その時の分娩状況で縦切開が望ましいと判断した場合や前回は縦に切開されていれば縦切開になります。

赤ちゃんとの面会について

通常は腰椎麻酔を行いますから、お母さんの意識もあり、赤ちゃんの産声を聞き、赤ちゃんのご対面することができます。カンガルーケアは安全を考慮し手術中には行っておりません。

ママの状況（医療処置に時間がかかる場合等）によってはすぐに面会ができないこともあります。

痛みについて

手術中は麻酔が効いているため、痛みはありません。（緊張や不安が強いと痛みを敏感に感じる場合があります）麻酔が切れた後は、切開部分の痛みや子宮収縮の痛みを感じることがあります。

痛みは徐々に治まりますが、痛いときは我慢せず医師や看護スタッフにご相談ください。

帝王切開後の経膣分娩について

当院では、既往帝王切開の方の経膣分娩は行っておりません。

お腹の傷跡について

傷口は経過に問題がなければ、3ヵ月程度で赤みがとれ、1年くらいで目立たなくなります。

ただし、個人の体質によってはケロイド状になる人もいます。帝王切開の傷跡をできるだけ目立たなくするため、術後に過度な乾燥や擦過などの刺激を与えないなど、ご自宅でもケアしましょう。

アドバイスも行っておりますので医師にご相談ください。