



市立病院だより  
ほほえみ

発行 越谷市立病院  
 発行人 院長 丸木 親  
 編集 院内情報誌編集委員会  
 連絡先 〒343-8577  
 越谷市東越谷10-47-1  
 電話 048-965-2221 (代)  
 FAX 048-965-3019  
 発行日 平成28年4月 (No.27)

産科医療について

産科部長  
西岡 暢子

妊娠とわかった時、多くの女性は喜び、赤ちゃんが生まれてからの日々を期待とともに想像します。時には、喜びとともに妊娠を不安に思うこともあるかもしれません。多くの場合、「案ずるより産むが易し」という言葉どおり赤ちゃんは元気に生まれてきてくれます。しかし、妊娠、出産は病気ではありませんが、時として医学的処置を必要とし、母子ともに命の危険にさらされることもあります。

まず、妊娠中の体にどんな変化が起こるのかをお話ししたいと思います。

妊娠すると分娩までの10ヶ月の間に、母体の体重は約10kg増えます。人生の中で10ヶ月という短い期間に10kgも体重が増えるという事は、なかなか経験しないでしょう。それだけに体には、いろいろな負担がかかります。循環血液量は妊娠前の

約20〜30%増加します。特に、血液の中の血球（白血球、赤血球、血小板）を除いた血漿は、妊娠32週間後に40〜50%増えるため心臓に負担がかかります。少しでも心臓の負担を軽くするために血管抵抗は下がり、妊娠中の血圧は妊娠前よりやや低くなります。血糖値においては、妊娠前よりは不足の状態にあり、食後の血糖値は高くなる傾向にあります。ホルモンの影響により、消化管の動きが低下し、便秘になりやすくなります。また、子宮が大きくなるために胃が押し上げられ、胃酸の逆流による胸やけを起こしやすくなります。

このため、妊娠中の母体と胎児の健康状態を把握、診査するために、妊婦健康診査（いわゆる妊婦健診）が行われています。

自治体によって多少の違いはありますが、埼玉県では妊婦さんの負担が軽くなるように補助券を使うことができ、妊娠期間を通じて約10万円ほど助成されています。妊娠初期の健診では、ハイリスク妊娠の抽出

及び母子感染をきたす疾患の評価を、妊娠中後期の健診では、妊娠糖尿病、妊娠高血圧症候群や切迫早産などの妊娠合併症を起こしていないかチェックしていきます。妊娠初期にハイリスク妊娠と判断されなくても、妊娠中の経過によってはハイリスク妊娠に変化することもあります。また、妊娠中の経過が順調であっても分娩時に異常な経過をたどることもあるため油断はできません。妊娠中、異常な経過を来した時に、少しでも早く分かるように妊婦健診は適切に受けることをお勧めします。ハイリスクの妊婦さんでは、通常の健診よりもこまめに受けるよう、指示することもあります。

では、少しでもリスクを減らすために妊娠中はどんな生活が理想的でしょうか。なかなかこれが正解というものはないので、やはり無理のない生活を送ることが大切でしょう。最近の仕事を送るながら妊娠生活を送る方も多く、仕事でも重要なポジションを占めていることも多いように感じます。産休に入る前に仕事を片づけてというところもあるようですが、やはり無理のない生活を送ってほしいものです。職場での理解も非常に大切ですね。

みなさんが安心して出産を迎えることができるようにお手伝いしたいと思っています。



## 「いのちの応援団たち」

4-2 病棟副看護師長 日野 暁子

当院産科病棟では、一年に約700の新しい命が誕生しています。すべての命がかけがえのない命であり、神様から与えられた使命やメッセージを持って生まれてきてくれます。その命の誕生の場に立ち会わせていただいている私たち助産師は日々、この世に産まれようとする赤ちゃんの力や産もうとするお母さんの力、家族の絆を感じながら、そして一つ一つのお産に教えられながら働いています。今回は、私たち越谷市立病院の助産師の活動をご紹介します。いただきます。

越谷市立病院には、産科病棟に31名と小児科病棟に3名、女性病棟に1名の合計35名の助産師が勤務しています。助産師は「女性のライフサイクルすべてに関わる職業」です。産科病棟では妊娠・分娩・産褥期の母児とその家族への関わりがほとんどですが、小児科病棟では早産児や新生児、小児期とその家族へのサポートを、女性病棟では婦人科疾患と戦う女性とその家族へのサポートと様々なライフステージの女性とその方をとりまく家族へのケアを提供しています。日本では高齢化が進み、その対策について議論や政策がなされていますが、少子化や核家族化と高齢者を支える世代の抱える課題も深いものがあります。〃ゆりかごから墓場まで〃助産師の役割は

幅広く、病院に勤務している助産師であっても、妊・産・褥婦、新生児、その家族の入院中だけでなく、地域に帰った後の生活を考えたサポートが大切になってきます。助産ケア・看護ケアの充実に努力していかなければならないと思います。

当院では一元化になっており、病棟のスタッフが外来も担当します。産科外来では、医師による妊婦健診の他に、助産師による助産師外来・母乳外来・ママサロン（両親学級）・カイザーサロン（帝王切開分娩のクラス）があります。助産師外来では、妊娠中のマイナートラブルへの対処や食事・生活面でのアドバイス。母乳外来では、産後のお母さんの体調や子育てでの心配事の相談やアドバイス、赤ちゃんの発育の確認などを行います。外来を任されている助産師は、この1対1での時間を大切に關わらせていただいています。ママサロン・カイザーサロンでは、授かった赤ちゃん



んを愛おしく感じながら過ごしてもらえよう、満足のいく素敵なお産となるよう温かくサポートできたら…と開催しています。手作りのテキスト

トやDVDを作成し、当院での母乳育児や出産について話し、自分達の出産Ⅱコースプランを考えてもらいます。〃私と赤ちゃんが頑張つて、産まれてきたんだ〃と自信を持って育児のスタートを切つてほしい。しっかり抱きしめて、愛情をたっぷり注いでほしいと願いを込めて話しをさせていたでています。



気付けば私はもう24年間当院で勤務しています。我が子と同じ年齢のスタッフもいますが、皆、可愛い後輩です。当院の助産師達は心優しく、勉強熱心な職員が多いというのが私の自慢です。グリーンフケア（赤ちゃんを亡くされた方へのケア）には、とても丁寧な心を砕いて関わってくれます。自分達で様々な勉強会や研修に参加しチームで共有しています。新たに取り組みたいことも企画中で、現在、妊娠初期のクラス「びよママサロン」や「帝王切開分



娩でのお母さんと赤ちゃんの早期皮膚接触」を実現させたいと担当助産師は頑張っています。その他、乳房ケアやベビーマッサージ、マタニティビクス、アロマテラピー、新生児看護・新生児蘇生法インストラクターなど周産期に関わる様々な分野でスキルアップのため、日々、自己研鑽しています。

昨年、日本看護協会で助産師の実践能力を評価する制度ができ、7人の助産師がレベル認証に合格しました。今後もスタッフ皆が常に変化する医療について行きながら、変わることにない母児の絆を大切に誠実に向き合っていきたいと思っています。

助産師の活動で唯一、院外にて実施しているものに「いのちの授業」があります。12年前から行っていますが、助産師としてとても大事な活動だと思っています。かつて全国で性教育講演をしている助産師に「君はいのちの応援団だね」と応援メッセージをくれた方がいました。その言葉のとおり、私たち助産師は常に「いのちの応援団」でなければなりません。そのメッセージに恥じないよう、そして、そう言うてくだ



さったことに感謝しながら頑張っていきたいと思えます。

「いのちの授業」は、教員やPTAの依頼を受け、小・中・高校へ出向き未来を担う子供たちに命の誕生を通して自分の心と身体を大切にしてほしいことを伝えます。「いらない命はひとつもない。みんな一人一人が一等賞の命!!」と今の時代に忘れてしまいがちなOnly Oneであること。思春期にある子供達には、大人になっていく自分の身体の変化や心の成長を理解してもらい、将来、自分をどう輝かせるか考えてほしいと願いを込めて話します。こうした「種まき活動」がいつか実を結ぶ日が来てくれることを祈っています。

最後に、性教育チームでは「どんな内容の講演依頼であっても、この言葉は必ず伝えよう」と決めている言葉があります。今回、この文章を読んでくださった方々にも、そして皆さんの大切な人にも、この言葉を贈って文章を終わりにしたいと思います。

### 産まれてきた時、

みんながあなたの誕生を「おめでと」と喜びました。

そして…「産まれてくれてありがとう」



## 新採用医師の紹介

○1月1日付

(循環器科)

かとう えつろう  
加藤 悦郎

○2月1日付

(眼科)

はせがわ ひとみ  
長谷川 瞳

## 編集後記

先日、卓球女子の世界大会やスキージャンプ、マラソン、サッカーで若い女子選手の健闘を目にしました。精一杯練習し、いっぱい苦しんで勝利したときの笑顔は、とてもきれいで、化粧はしていません。着飾っていません。汗でべとべとになっても、見ているこちらですがすがしい気持ちで幸せになります。2020年東京オリンピック・パラリンピックまで夢を追いかけて頑張る人々がいっぱいいるんだなと思うと、私は競技に直接関係はなくても精一杯頑張れるものを持ちたいと思いました。皆さんも春は新しい目標やワクワクした気持ちを持ってください。

院内情報誌編纂委員長 尾羽澤 英子

