

妊娠中・分娩・産褥・育児を支援する 地域に根ざした活動

嵐 美樹 先生 (和歌山県、開業助産師)

私は和歌山県の紀南で生まれ育ち、県内の総合病院の産婦人科病棟2カ所で28年間勤務した後、トコ助産院で研修を兼ね2年間働いた。その2年間で「妊娠中からしっかり骨盤ケアを続けた人は安産し、発達の良い児が多い」ことを実感し、「妊娠中の骨盤ケア指導は助産師がなすべき大切な仕事」と確信した。

2017年4月、自宅で助産院を開き週2日営業。産婦人科医院に週3日、病院の女性診療科外来で週1日勤務。地域の育児相談にも月に1回ボランティア参加している。紀南は人口密度が低く、医療過疎地域が広く、助産院分娩率は全国で最も高い。その地で私が現在行っている活動について報告する。

医院では毎週1回「骨盤ケア外来」を開き、妊娠中に骨盤ケアをすることのメリットを真っ先に話している。退院指導では「まるまる育児」を家族全員が心がけることや、頭がゆがまないように3方向を向かせて寝させることなどを話し、定頸など月齢に応じた発達を確認し、自宅でのケア法を伝えている。

産後2か月の母子ケアでは、抱っこ姿勢・児の向き癖、目の動き・手足の動き・体の硬さ、授乳姿勢や飲み方などをみている。その後、基本のまるまる抱っこ・まるまるねんね、親指なめ・四肢の体操・体位変換・体の緩め方などを母に指導しながら実施している。

地域の開業助産師としては新参者の私であるため、紀南に母子ケアが定着していくよう地域の助産師と交流を深めながら、ケアの輪を広げていきたい。

