

□ ママと赤ちゃんへの安心サポート ～出産

【当院のお産について】

《当院のお産》

当院では、お母さんのお産への希望を重視した、お母さんが自分で自分のお産をする自律出産をめざしています。妊娠 36 週にお母さんのお産への希望を提出してもらい、なるべくお母さんの希望しているお産をしていただきます。陣痛誘発や会陰切開などの医療的な処置をなるべくしない、自然なお産をめざしています。

平成 17 年 3 月から、当院ではほとんどの人が分娩台でのお産をしていません。フリースタイルで横向きや四つんばいなど自由な体位でお産をしています。また、ソフロロジー式出産法を取り入れ、お産時の会陰切開率も激減しています。明かりを落とした広いスペースで、いろいろ動きながらゆっくりとお産していただきます。できる限り、お父さんになる方、あるいは家族・おにいちゃん・おねえちゃんなどとお産してください。

【バースプラン】

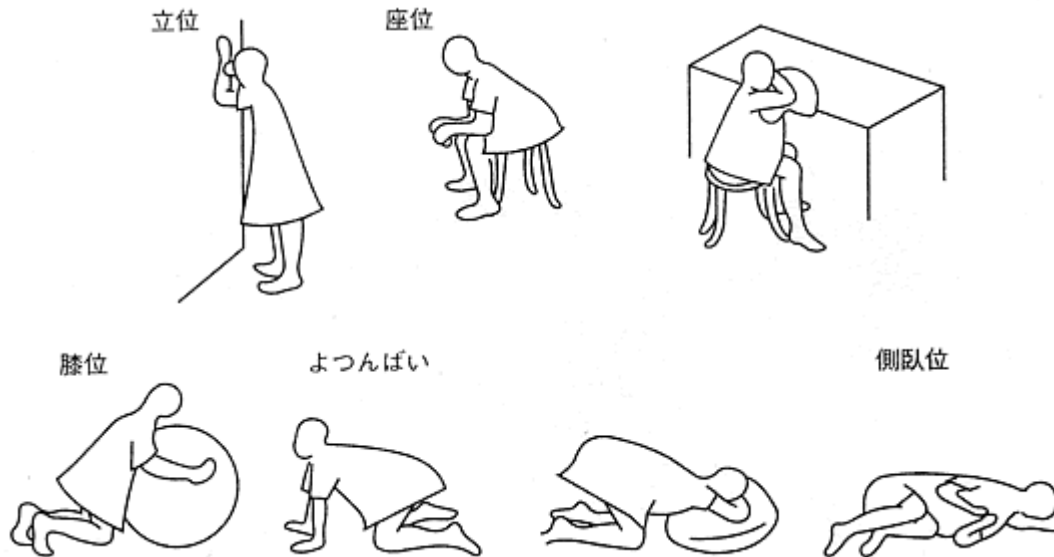
新しい生命誕生の瞬間をどのようにして迎えたら良いでしょうか。赤ちゃんのすこやかな誕生にむけて、パートナーやお家の方と相談し、どのような出産、育児をしたいか、考えてみましょう。お産の準備をしていくことは、とても楽しいものです。お産のときに誰と一緒にすごしたいか、何を持っていくか、どんなことをしたいか等、お産の時のことを考えることで自然に自分のお産のイメージがわいてくるでしょう。また、育児についても、どのように赤ちゃんを育てていきたいですか、楽しく育児ができるように家族の方とも話し合ってみましょう。

【自然分娩】

当院では、産婦さんのバースプランに基づいて、自然なお産を目指しています。医療介入（会陰切開、子宮収縮薬投与、剃毛、浣腸）は必要時にしかしません。もし、医療介入をする際はお産する方に説明し、納得してもらってから行います。自分らしい満足した出産ができれば、楽しい育児のスタートになります。そのためには、自分で生むという気持ちを持ち、妊娠中から心と体の準備をしましょう。

【フリースタイル出産】

陣痛が始まったら、ベッドに寝ている必要は無く、自分の楽な姿勢をとって下さい。
少しでもリラックスしたお産ができることでしょう。



【早期母子接触（STS）】

▼早期母子接触（STS）って？

生まれたばかりの赤ちゃんをお母さんの胸に直接抱っこすることを「早期母子接触（STS：early Skin To Skin）」といいます。未熟児の赤ちゃんをケアするカンガルーケアとは区別するようになりました。

▼どうやってするの？

事前に主治医がご説明いたします。

▼どういう効果があるの？

- ・呼吸が規則的になり、安定する
- ・赤ちゃんの眠りが深くなり、起きているときも穏やかになる
- ・感染症の危険が減少する
- ・母乳育児が進む

など、いろいろありますが、いっしょにいることでお互いのことが今までよりも分かってくると言われています。