View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
brought to you by CORE
provided by Konan University Repository

KONAN UNIVERSITY

母子の絆を深めるために自然分娩が大切（「現代人と母性」 - 2000年度 学術フロンティア・シンポジウム報告）

著者	岡野 真規代
雑誌名	心の危機と臨床の知
巻	2
ページ	35-45
発行年	2001-07-01
URL	http://doi.org/10.14990/00002861

母子の絆を深めるために
自然分娩が大切

吉村医院「お産の家」　岡野　真規代

「妊娠・出産・授乳・子育て・すべてセクシャルなことで、お産もＳＥＸの時と同じくらい、めっちゃくちゃ気持ちいいんだよね。下卑たもんじゃなくて、それはそれは神聖な感じがするんですよ。自分の自然な力でお産をすると、もう赤ちゃんがかわいくてかわいくて、仕方なくなるんだよね。人生観が変わっちゃうよ。現代産科学がお産を破壊し、母子関係をだめにしとる。お産で死ぬ場合があっても仕方ないの……」

産科学が進歩した現代、こんなことを言う人がいていいのだろうか。その人こそ自然分娩の第一人者といわれる、吉村医院の院長吉村正先生である。私が先生の話を聞いたのは、七年前の先生の講演会であった。そのとき、私はもうすでに助産婦として、二〇年近く公立病院や個人病院で働いていたときである。先生の話は強烈で、でも真実がいっぱいあると感じた私は、先生の話をもっと深く知りたいと思い、吉村医院に時々通うようになった。その頃吉村医院では、江戸風民家「お産の家」という樹齢何百年の杉や檜や松・桜などの木々を使った家を建設中であった。玄関を入ると木の香りが漂い、昔なつかしい気持ちになり心安らぐのである。「お産の家」は二年前に出来上がり、縁あってそこで働くようになった。先生に出会うまでは正直なところ、お産が産む人の人生を変えるとか、現代産科学がお産を破壊し、母子関係をだめにしているとか全く考えてもなかったし、私の周りにそういうことを教えてくれる人は誰もいなかった。

お産にかかわる医師や助産婦や看護婦などの医療従事者が、産む人の人生に深くかかわっているのである。それは、医療従事者が現代産科学を使って産ませるか、或いは、医療従事者に見守られながら自分の自然な力で産むかによって、その後の人生が変わり得るということである。吉村医院で働くようになり、自然なお産や産後片時も離れないで母と子が一緒に過ごす母子同床を通して、母と子の表情がこんなにも違うものかということを、強く感じるようになった。

現代産科学では、初産婦ではほぼ一〇〇％お産の直前にお下（会陰）をはさみで切ったり、そのために陰毛の毛剃りをしたり、お産のときの出血予防のためにほぼ一〇〇％点滴で血管確保をしたり、陣痛が弱くなったら（微弱陣痛）陣痛促進剤を使ったり、逆子（骨盤位）というだけで帝王切開をしたり、お産の前に浣腸や導尿をしたり、正常に経過していても不必要な医療介入をするお産が多い。

吉村先生は、四〇年間に二万例という現在では考えられないすごい数のお産を見てこられた。先生は、次のように言われる。妊娠中に昔のような自然な生活をしていれば、医療介入をしなくても、ほとんどの人がつるんつるんに自然なお産

ができる。現代の工業化社会は、楽で便利になり、人間をだめにしている。たとえば、掃除機や洗濯機や炊飯器などが普及したことで、お産に必要な筋肉を鍛えるということをしなくなった。スイッチひとつで何でもできるようになり、体を動かさなくなってゴロゴロして過ごす。食べるものは西洋化して、カロリーの高い動物性のものをパクパク食べる。そして、情報が山のようにあり、診察を受けたら医師からビクビクするような説明を受ける。ゴロゴロ・パクパク・ビクビク・これでは自然なお産ができるはずがない。人生もっと楽しく生きないとだめ。お産は文化によって変わり、文化はお産によって変わる。お産を単に生物学的現象としてだけで見るのではなく、哲学・美学・宗教など、人間の文化に広く深くかかわるものとして、トータルに捉えなくてはならない。吉村先生の生き方と吉村医院の自然なお産を通して、お産には生と死と愛が存在するというすごい奥深いことを学んだ。

そこで、現在の一般の病院で行なわれている医療介入のあるお産と、吉村医院で行なわれている自然なお産と、私は幸運にも両方のお産にかかわることができたので、その違いが母子関係の絆にどのように影響するのかを、感じたままに述べることにする。

一般的には、陣痛室と分娩室が別れていて、お産の間際で移動することが多い。この移動の時期が結構むずかしく、お産は一人ひとり皆違うので、急に進んで慌てたり、分娩室に移動してから長くかかったり、産む人が大変な思いをすることがある。陣痛室ではほとんど寝たっきりで、助産婦や看護婦が時々母児の状態を観察に行く程度で、夫も入室することができず産む人は孤独で不安な時期を過ごしている。分娩室は手術室のような冷たい雰囲気の部屋で、機械器具に囲まれている。そこには分娩台というベッドがあり、産む人はその上で膝を開いて仰向けに寝かされている。お腹には全員分娩監視装置という機械のベルトを巻き、赤ちゃんの心音と陣痛の状態を持続的に監視されている。女性の大事な性器は無影燈という大きなライトで皓皓と照らされ、医療従事者の目にさらされながら、言われるままにいきむ。これではプライバシーもあったもんじゃない。自然に赤ちゃんが出てくるのを待つとお下が裂けやすく、その傷は医師にとって縫合しにくいもので、赤ちゃんが産まれる直前にあえてお下をはさみで切り、赤ちゃんが産まれてくるのに備える。場合によっては、一～二時間は仰向けのままで動くことができない。やっとの事で赤ちゃんが産まれてきたらすぐにへその緒を切られ、赤ちゃんの体重や身長を測ったり処置をするために、お母さんから離されてしまう。お母さんは、我が子をしっかり抱きしめる間もなく、赤ちゃんは新生児室に送られてしまう。その後一～二時間は、お母さんは一人淋しく分娩台の上で寝かされ、産後の出血が落着いたら自分の部屋に戻る。病院のシステムで決められた初めての授乳時間まで、お母さんは我が子をしっかり抱きしめることができないことが多い。夫や家族でさえ面会時間以外は赤ちゃんに会えないし、もちろん触れることもできない。入院中は病院の決められた授乳時間（三～四時間毎）に、お母さん達が授乳室に集まって授乳する。

赤ちゃんがおっぱいをほしい時間はその子によって違うのに、授乳時間は決められている。その時間に赤ちゃんは、皆目覚めているとは限らない。眠っている子は無理矢理起こされるが、なかなか起きない子は、哺乳瓶で糖水か粉ミルクを飲まされることがある。赤ちゃんは皆一人ひとり違ってよいはずなのに、病院の授乳時間のリズムに合わせようとして、お母さんは苦労している。本来、おっぱいをあげるということはセクシャルなことで、気持ちいいはずなのに、何故かお母さんの表情は暗くて疲れた顔をしていることが多い。これでは、我が子をかわいいと思えないのではないか。

また、母子異室という病院のシステムでは、授乳時間以外はお母さんは、我が子を抱きしめるということができない。赤ちゃんは、おむつが汚れて泣いていても、気持ちが悪くて泣いていても、おっぱいがほしくて泣いていても、新生児室には赤ちゃんがいっぱいいるので、助産婦や看護婦にその都度世話をしてもらうということは、現状では不可能である。赤ちゃんが泣いて何かを訴えても、誰も世話をしてくれないということを、赤ちゃんは学習してしまう。だから、新生児室にいる赤ちゃんは、あまり目を開けず表情が乏しい。お母さんも赤ちゃんのいろいろな表情を、そばで見て学習していないので、赤ちゃんが泣くことに非常にストレスを感じている。これは母と子の基本的信頼関係が築けずに、人生のスタートを斬らねばならないことになる。これは、非常に恐ろしくて悲しいことである。この事実を知らないまま、お母さんは退院し家庭に戻っていく。家に帰ると赤ちゃんのことがわからないことだらけで、忽ち不安になる。このことは、延いては育児ノイローゼになり、我が子をかわいいと思うあたりまえの親の気持ちが、欠如してしまうのではないか。

一方吉村医院では、陣痛室と分娩室は一つの畳の部屋で、お産のときはうす暗くし、リラックスできるようにＢＧＭを流しながら、産む人の好きな姿勢でお産をしてもらう。もちろん医療介入はなく、助産婦は私服にエプロンをつけ、黒子のように産む人のそばに寄り添う。赤ちゃんの心音は、分娩監視装置を使って持続的に聴取することはせず、ドップラーという機械で時々瞬時に聴取する。これは、機械で持続的に監視することと同じくらい、安全であることが証明されている。助産婦は機械に使われるのではなく、寄り添いながら産む人の声・表情・呼吸の仕方・体の動かし方など、その人から出てくるサインを見逃さず、周りの人に感じさせないように緻密に観察していく。そして、産む人の力と産まれてくる赤ちゃんの力を最大限に発揮できるように見守りながら、その人らしいお産をしてもらう。それには新しい理性的な脳を使わず、古い動物的な脳を使わなければならない。そのためには、産む人が本当の意味で信頼できる人に寄り添ってもらい、心身共にリラックスすることが大切である。たとえば、産む人が大きな声を出そうが、いきむときに便や尿を出そうが、気にせずに気持ちよくお産することが大切である。動物的なお産が、最高に気持ちいいのである。助産婦は、無闇矢鱈に声をかけないで静かに見守り、時々お産が順調に進行していることと、陣痛を上手に乗り越えていることを告げるだ

けでよい。中には微弱陣痛で時間のかかるお産の時は、入浴してもらってリラックスを促したり、寝たっきりにならないように夫や助産婦と一緒に歩いたり、積極的に誘導しながら自然なお産ができるようにもっていくこともある。やっとの事で赤ちゃんが産まれてきたら、すぐにお母さんの胸に抱いてもらい、直接肌と肌の触れあいをもってもらう。赤ちゃんは、お母さんの温かい子宮の中から外界に産まれてきたので、寒くないように温めたタオルをかけてあげる。子宮内環境から子宮外環境に、優しくスムーズに適応できるように気を配る。部屋をうす暗くするのはそのためでもある。赤ちゃんはうぶ声はあげるけれど、お母さんの胸に抱かれると泣きやんで静かになる。胎内で聞いていたお母さんの鼓動を聞いて安心しているのである。今思うとライトで皓皓と照らされて産まれてきた赤ちゃんは、大きな声でオギャーオギャーと泣いていたが、子宮内から子宮外の大きな環境の変化に怯えていたに違いない。お母さんの中には、我が子を抱きしめて「赤ちゃんってあったかーい」と言う人がいる。そのとき、そうだ、いのちってあったかいんだと忘れかけていたことに気づかせてもらう。しばらくすると赤ちゃんは目をぱっちりと開けて、お母さんを見つめながらおっぱいを吸い始める。誰も教えていないのにすごいことである。これは、自然なお産をすると、必要なホルモンがダイナミックに分泌されるからである。自然のメカニズムって本当にすばらしいと感じる。お母さんは痛くて苦しい陣痛を乗り越えた達成感と、我が子をしっかり抱きしめている満足感とで、なんとも言えないいい表情をしている。中には恍惚とした表情をしている人がいる。それは至福の喜びの瞬間である。これもホルモンが関係しているのである。

美しい光景のお産を見るたびに思うことは、お産をしたからといって母になるのではないということだ。我が子を抱きしめる、話しかける、目と目を見つめあう、おっぱいをあげるということを通して、人間本来持っている母性が、芽生えるんだなと感じさせてくれる。この感動をお産の直後に味わうか否かは、その後の母子関係になんらかの影響を及ぼすのではないか。

次に、五日間という短い入院期間に、母と子の関係でどういうことがおこっているかを述べることにする。赤ちゃんは言葉を話すことはできないが、全身で特に顔の表情で、何かを訴えている。吉村医院では、最初の二〜三日は赤ちゃんが泣くたびに訪室し、赤ちゃんを見ながら何故泣いているのかを、お母さんと一緒に考えるようにしている。特に最初の二〜三日は、お産のときに飲みこんだ羊水をもどしたくて泣いてみたり、げっぷが出なくて苦しくて泣いてみたり、うんちを出すのに苦しくて泣いてみたり、訪室するたびに繰り返し見ていると何故泣いているのかがわかるようになってくる。私たち助産婦も、お母さんと共に学習しているのである。赤ちゃんの訴えがわかってくると、お母さんは安心して赤ちゃんと向き合い、落ち着いて世話ができるようになる。世話をしてもらった赤ちゃんは、気持ちよくなると穏やかな表情になってくる。この赤ちゃんの穏やかな表情を見ると、お母さ

んはたまらなく嬉しくなる。毎日、お母さんと赤ちゃんはこの気持ちのやりとりを、何回も何回も繰り返すのである。この母子の絆が、赤ちゃんの愛の原形になり、まず自分を愛し、自分以外の他人を愛し、いのちあるもの全てを愛し、地球を愛し、という愛を学んでいくのである。この気持ちのやりとりが著明に見られるのが、お母さんが赤ちゃんにおっぱいをあげるときである。母乳の出るメカニズムも神秘ですばらしいと感じる。産後二〜三日間は、まだ母乳が充分出ない時期である。その間の赤ちゃんは、頻回におっぱいをほしがり、夜中もよく泣きほとんど寝ずにおっぱいを吸っている。頻回に赤ちゃんがおっぱいに吸いつくことにより、乳頭を通してお母さんの脳が刺激され、オキシトシンやプロラクチンというホルモンが分泌されて、三〜四日するとおっぱいが出始めるというメカニズムになっている。このホルモンは愛情に関係するホルモンでもある。赤ちゃんは、胎内で三日分のお弁当と水筒をもらって産まれてくると言われている。その栄養分と水分が使い果たされた頂度その頃に、おっぱいが出始めるという絶妙なメカニズムになっている。このすばらしいメカニズムが、人生のスタートに大きな意味をもっていると感じる。おっぱいが充分に出ない二〜三日は、赤ちゃんはよく泣き、それに向き合うお母さんは夜も眠れないので大変であるが、その時期を二人で忍耐強く頑張って乗り越えると、褒美としておっぱいが出始めるようになる。そうなるとお母さんと赤ちゃんのリズムが合うようになり、お互いに眠れるようになる。それが大きな喜びに変わり、お互いに穏やかな表情になっていく。たった五日間という短い期間に、人生最初の苦しみと喜びを母と子が一緒に体験し、授乳を通して母と子の基本的信頼関係が育まれ、女性は母に、子は人間に成長していく。

母乳の第一人者、故山内逸郎先生は、「女は出産したからといって、直ちに自動的に母になるのではなく、女は乳頭で授乳することによって初めて母になる。ヒトは出生したからといって、直ちに自動的に人間になるのではなく、母の胸から哺乳することによって初めて人間になる」と言われている。吉村医院での自然なお産・母子同床・授乳を通して、そのことを実感する毎日である。吉村医院で二〇〇位のお産を見てきたが、特にいのちのすばらしさ、力強さを感じたケースがあったので紹介する。

それは、妊娠三八週一日の正期産のお産で、赤ちゃんの体重は二〇九〇gの低出生体重児であった。お産の一時間位前から赤ちゃんの心音が著明に変動し、お母さんに時々酸素投与をしながら医師と共に観察していた。お産直前に陣痛が異常なくらい強くなり、赤ちゃんの心音が著しく徐脈になり、最後はあっという間にお産になった。産まれた赤ちゃんは軽度の仮死状態だったので、医師がお母さんの目の前で落ち着いて蘇生を行なった。しばらくすると、赤ちゃんの呼吸も落ち着き、医師の指示の元で赤ちゃんはお母さんに抱いてもらった。するとその赤ちゃんは目をぱっちり開いて、おっぱいを力強くちゅぱちゅぱと吸い始めた。そのとき私の直観で、この子は生きる、大丈夫と感じた。一般の病院では、赤ちゃ

んの心音が変動し、お母さんに酸素投与を行なっているということ、赤ちゃんが小さめであるということで帝王切開になっていたかもしれない。また、産まれてから軽い仮死状態であったし、低出生体重児ということもあって、処置をするためにお母さんからすぐ離し、赤ちゃんは保育器に入っていてもおかしくなかったケースである。しかし、この赤ちゃんはその後も力強くおっぱいを頻回に吸い、体重も徐々に増えて生後七日目で退院した。一ヵ月健診・三ヵ月健診も順調で、母子共にいい表情をしていたのが印象に残っている。吉村先生は、お産でも死ぬものは死ぬ、それが自然なんだと言われるが、このケースから生きるものは生きるということを学んだ。それで先生の言っている死ぬものは死ぬという言葉の意味がわかったような気がする。

人間は哺乳動物に属するが、生きるためにはおっぱいを吸わなければならない。すごい生命力である。お産を産科学としてだけで見ていると、いのちの営みの奥深いことに気づけないようだ。人生の出発点であるお産の周辺にかかわる医療従事者は、そのことにもっと気づかなければならない。

私は、吉村医院で働くようになって、自然なお産をされる一人ひとりのお母さんと赤ちゃんから、自然のすばらしさ、神秘さ、厳しさを学んだ。そして、助産婦はお産を通して、愛を受け渡す役割があることを学んだ。助産婦が、産む人のそばで大きな愛をもって寄り添うことにより、産む人の本能を司る古い脳が活性化されるようである。そのとき、産む人は昔受けたトラウマを癒しながら本来の自分に返り、人を愛するという本能をとりもどしていくのを感じる。だから、自分の自然な力でお産をすると、ありのままに我が子を受け入れ、本能的に真実に我が子をかわいいと思うようになる。赤ちゃんは、本能的な脳だけで周囲の状況を感知するので、お母さんから本当に愛されていると感じるのである。言い換えると、お母さんが赤ちゃんのことを本能的に愛するようにならないと、赤ちゃんは本当の愛を感じることなく、大事な赤ちゃんの時期を過ごしてしまうことになる。そうすると赤ちゃんは愛を感じずに育つわけで、人を心から愛する深い思いやりを失ってしまうことになる。そういう母と子は、しっかり精神的にも結びつくことができないため、母子関係がだめになってしまい、本当の母性が育たない。だから、真実の母性を育てるには、産む人が自分の自然の力で産むお産を経験しなければならない。そうしないと第一歩でつまずいてしまうことになる。ただ医学的な異常を問題にし、すぐ不必要な医療介入することは、極力避けるべきである。だから自然なお産は、真実の母性を育てる第一歩として大事にしなければならない。そして、お産のあとの母と子が、目と目を見つめあい、話しかけ、気持ちのやりとりをすることが、絆を深める出発点になるのである。更に追求すると、男と女が本当の意味で愛し合い、気持ちのいいＳＥＸをして妊娠し、その後も二人が愛し合ってるかどうかが、母子の絆を深めるのに影響するのである。言い換えると、母子の絆を深めるためには、母と子の二人を大きな愛で包み、母を精神的に支える人がいなければならない。それが父性である。

生命誕生から三五億年、人間の誕生から五〇〇万年という綿々と続いてきた長い歴史がある。妊娠・出産・及び母乳で育てることは、一連の繋がった営みで命と愛をはぐくむ非常にセクシャルでスピリチュアルな営みである。

人間は、本来不必要な医療介入をしなくても、自分の自然の力でお産をすることができるのである。助産婦は、女性のもっている産む力と赤ちゃんの産まれてくる力を最大限に発揮できるように環境を整えることが大切である。そこは、やさしくて温かい空間でなければならない。そして、産む人やその家族を大きな愛に包んで、産む人が本能的にお産ができるように寄り添うことが大切である。

自然なお産をするとオキシトシンやエンドルフィンやプロラクチンなど愛情に関係するホルモンがダイナミックに分泌される。ということは、お産の本質は、次の世代に愛を伝えることができる種を保存することではないだろうか。

写真１

写真２

写真３

写真４

写真６

写真５

写真７

写真８－２

写真８－１

写真９－２

写真９－１

写真10－２

写真10－１

写真リスト

写真１　お産の家全景
写真２　土間
写真３　助産婦外来の診察室
写真４　お風呂（水中出産用）
写真５　廊下
写真６　産室
写真７　２階（広間）
写真８－１
写真８－２
写真９－１
写真９－２
写真10－１
写真10－２