

自宅で産むという選択

~私はなぜ自宅出産を選んだのか~

「助産婦石村」のHPをご覧のみなさん、こんにちは、そしてはじめまして！

今年（2002年）の1月10日に石村さんの助産で男の子を出産した栗栖かおりと申します。現在32歳。

夫と子ども2人（4歳のお姉ちゃん「あるま」と4ヶ月になった「慧」）の上に立つ（？）専業主婦です。

今回、きっとみなさんは「自宅出産ってどんなかな？」と、きっと、おっかなびっくりこのHPをご覧になっていることと思います。「自宅出産」というと、「この時代に・・・」とか「お金がないの？」とか「もしもの時にどうするんだっ！」・・・という言葉と出会いがち。実際私もそうでした。みなさんの中にも、そういう言葉に直面し、悩んでいる方もいるかもしれませんね。でも、私は、いろんなことがあったけど、「家で産む」という選択をして、本当に良かったなと思っています。

これから4回に分けてお届けする、私の体験談を通して、みなさんが「自宅出産」に対して、少しでも不安がとれ、前向きに受け止められるようになると幸いです。

「てめえら、笑っているんじゃない！！」

・・・深夜の陣痛室に轟く怒鳴り声。

「うるせえ、いいから黙って、医者呼んで来い!!」

そして・・・“パッチーン”誰かを平手打ちする音。

ああ、今思い出しても恥ずかしい・・・。

そうこれは、4年前、第1子を出産中の私なのです。

病院は、定評も実績もある某病院。呼吸法も練習し、夫もしっかり立ち会っていました。

でも、生まれて初めて味わう痛みには、私は完全に我を忘れていたのです。（最近の私達は「痛み」をあまり知りませんよね？たかだか頭痛でさえ、頭痛薬をたより、まともに痛みを味わうなんてことがないのです。）大体、おバカな私は、「陣痛室に入る」＝「助産婦さんが来て、生まれるまでの間、ずっとついて、呼吸法をしたり、背中をこすったりして助けてくれる」と思っていたのです。ところが（というか、当たり前だが）病院は、そんなことをしてくれるところではないのです。30分置きに看護婦さんがチェックに来るだけ。人生いまだかつて味わったことのないような痛み（まさにエイリアンが、腸を食い破って出てくる～というほどの痛み）に、素人の夫と2人で耐えるばかり。私は、心底、痛くて、怖くて、逃げ出したい気持ちでいっぱいだったのです。さらにどんなに痛くても、この痛みは もっと強くなる 決して逃げられない 誰も代わってくれない という絶望的なもので、私は恐怖のあまり、心が壊れかけていました。

そこで出たのが、冒頭の言葉だったのです。何かあって、笑いながら通りかっただけの看護婦さんに・・・。そして大丈夫だと優しくサポートしてくれた夫に、思いっきりピンタまでつけて・・・。

欲しかったのは・・・

私は「大丈夫だよ」と背中をさすってくれる「プロの手」が欲しかったのです。たった1人で乗り越えるにはつらすぎる痛みの波を、励まし、見守り、一緒にとんでくれる誰かに、ずっと側にいて欲しかった・・・。「この痛みは異常ではないよ」「今、こういう状態だから苦しいんだよ」「さあ力を抜いて、息を吸って・・・」そして、私も、どんなにか痛みを前向きに乗り越えられたか・・・。

『陣痛の痛みは、生まれてくる胎児にとっては、体内の機能を、外界に合わせて切り替えるため、大切なものであることが分かってきています。理由のない理不尽なものではなく、きちんとした理由があり、必要とされる、前向きな痛みなのです』

私は、一度目の出産で味わった恐怖を、もう二度と味わいたくないと思いました。そして、できるなら、出産を

「恐怖」ではなくて、なにかもっと幸せで、充実感があって、あたたかなものにしたいと思ったのです。これが私が、自宅出産を選んだ第一の理由です。

母子の絆

第二の理由は、「母子の絆をしっかりと作りたかった」ということです。

実は出産直後の30分間は、母子の絆を作る上で、もっとも大事な瞬間であるといわれています。この間に母が子を抱き、乳を飲み、あやすことで、人間の脳は母親の脳に切り替わり、母子の絆は、ほぼ決定的に出来上がるというのです。私の場合、最初の30分どころか最初の丸一日間、ひどいものでした。あまりに苦しかった出産の後、生まれてきた娘に掛けた一言は、「ああやっと終わった」それだけでした。その直後から頭がぼーとなり、丸一日眠りこけ、そのうえ、自分の子にながなんでも会いたいという気力もすでになく、看護婦さんが呼びに来るまで、私は、ぼんやりとベッドに横になっていたのです。何度思い返しても、胸が痛みます。「あるま」は、苦しみを乗り越えて、がんばって生まれてきたのに、ママには苦しみの終止符のように言われ、誰にも抱きしめてもらえず、人生最初の一日目を泣いて過ごしたのです。

この失われた30分間(1日?)が、私の中で、一種の呪いのように働いたのか分かりませんが、その後、だいぶ長い間、私は母子として、何かが欠落してしまっているような喪失感を味わうことになりました。それは、大好きで、ムギユと抱きしめてあげたいのに、抱きしめるための両腕をどこかに忘れてきたような、もどかしい、悲しい気分でした。

その体験から、今度は生まれたら、しっかりと抱きしめてあげるんだ! 「よく来たね」「がんばったね」「待っていたんだよ」と言ってあげるんだ。生まれたその日から一緒に眠り、乳を飲ませ、いつも昔からそこにいたように、一緒にいるんだ・・・そう思ったのです。病院で産んだ場合、最初に少し抱かせてもらっただけで、その後は沐浴だ、計測だ、新生児室だ、とすぐに離されてしまいました。母子にとって、最初の30分は、事実上「なし」に等しいのです。これは、母と子にとって本当に大きな損失だと思います。

家族の絆

そして、最後の理由は、「家族の絆をしっかりと作りたかった」ということです。

でも、それは part2 でお話ししますね。(おたのしみに~)

ある女性が、母親になるといいうことは、赤ちゃんが生まれて、突然できることではありません。それと同じく、夫が父親になることも、子どもが兄や姉になることも、簡単なことではない部分が多いのです。児童虐待などが問題になっている背景には、この部分が軽視されている現状もあると思います。

「自宅出産」は、病院で産むのとは、違う良い面がたくさんあります。必ずあなたの助けになるはずですよ。
また次回もおたのしみに~