



## 「さんSUN助産院オープンシステムでの出産体験」

新年になり2か月が過ぎようとしています。約1年間、私（長井）がこの通信を書かせていただきましたが、ぜひオープンシステムで出産したことをお伝えしたいと思います。

妊娠・出産はとてもデリケートで危険が絶対にはありません。赤ちゃんとお母さんが安心・安全な方法を選ぶ、それで良いのだと思います。私にとっての安心・安全はさんSUN助産院でした。

<オープンシステム>医療機関と連携しながら助産院で検診や整体を受け、提携している伊佐市のなかむら産婦人科の施設を利用して出産することです。分娩の際は大橋先生が介助して下さいます。

長女、次女は北薩からは遠い実家近くの病院で出産しましたが、3人目は自宅近辺で出産したいと思っていました。

出水・川内の病院か、さんSUN助産院か迷いに迷いました。いろんな病院の見学にも行きました。でも頭の中から『大橋先生の助産院での出産をしたい』という思いが消えませんでした。自宅から出産場所である伊佐市のなかむら産婦人科までは1時間かかります。陣痛が始まってから間に合うのだろうか…。その不安があり助産院には決めきれず、時間だけが過ぎていきました。でもきっと私の中では助産院で決まっていたのだと思います。あとは不安をどう処理するか、だけでした。

妊娠8か月頃、ずーっと逆子だった赤ちゃんが夜寝るときにくるっと回転しました。まだ産休前で、ちょうど大きな仕事が終わった日でした。きっと「もう大丈夫だよ」の赤ちゃんのサインだったんだと思います。夫を説得し、産後は母に自宅に来てもらうことを了承してもらい、助産院で出産することにしました。

時が経つにつれ、徐々に「赤ちゃんは無事に生まれる。自分とこの子を信じよう。」と思う気持ちに変わっていきました。そして、予定日より10日ほど早く、大橋先生、松元先生、夫の助けを借りながら無事にオープンシステムを利用しての出産となりました。

今までとの大きな違いは、分娩台の高さで意外と怖いんだな、と感じたことでした。畳の上の布団で産んだのですが、本当に安心感がありました。（ちなみに陣痛の痛さは同じです！）また、助産師さんが2人体制でついでくださったので心細くならなかったこと、そして、最後に夫に体を支えてもらったことは今までの立会出産とは全く違いました。

病院の出産と一番違うのは産後ケアです。2日間は病院に入院し、3日間助産院で過ごしました。

昼間は来院される他のお母さんや赤ちゃんがいてさびしい思いは全くなく、疲れたら部屋で横になりました。食事は米岡さんのおいしいご飯とおやつで心まで満腹になりました。夜は大橋先生がいっしょに泊まってくださり、赤ちゃんのお世話を手伝ってもらいました。もちろん、昼間にBSケアや整体もして下さいましたよ。

「できることなら1人目からここで産みたかったな～」というのが正直な感想です。もちろん、地元の病院でも良くしていただきました。でも、助産院での出産は日常生活の延長のような感じで産前産後も楽しかったです。今振り返ると自分と赤ちゃんを信頼して、そして助産院のみなさんを信頼して本当に良かったなあとと思います。

もし、出産する場所で悩んでいる妊婦さんがいらしゃったら、この私の体験が少しでも参考になったらうれしいです。でも、どの場所を選んだとしても、それがお母さんと赤ちゃんにとって一番良い選択だと思います（\*^\_^\*）