

その3 à l'accouchement (続き)

前回に続き分娩について紹介します。今回は、座って出産する座位分娩についてです。

b. アプトノミー法による座位分娩
(HAPTONOMIE)

出産にも色々な方法があり、皆さんは担当の産婦人科の先生と相談して、出産方法を決められたことと思います。私もある程度出産についての知識があったつもりでしたが、今回長男を出産した方法、アプトノミー法は知りませんでした。初めて出産される方、2子、3子をご計画の方、参考になさってください。

アプトノミー法は夫婦が一体となって、お腹の中にいる赤ちゃんとのコンタクトを取り、出産時に赤ちゃんが自力で産道を通って出られるよう助けてやるというのが目的です。出産姿勢も座って分娩する、座位分娩です。

まず、5～6ヶ月ごろから月一回講習を受けます。最初は夫婦で、お母さんのお腹に手を当て、子供に話しかけることから始まります。赤ちゃんは親の手のぬくもりを感じて、手のある所に近寄ってきます。回を重ねる毎に手の位置を上下させ、赤ちゃんがお腹の中で上下運動できるよう助けてやります。不思議なことに、手のある所へ赤ちゃんが移動するようになります。こうなったらしめたもの。赤ちゃんとのコンタクトは、大成功です。しかしこれで終わりではありません。妊娠末期になると赤ちゃんが大きくなるので、おなかの中のスペースがなくなり、赤ちゃんはなかなか思うよう

に動いてくれません。後期は忍耐が必要です。妊娠終盤にはいると、陣痛を和らげるためのマッサージ、出産時の姿勢等を学びます。出産は夫がいすに座り、犬のひざに妻が座り、この姿勢で出産です。

陣痛が始まると、赤ちゃんが産道にうまく入るよう、ただひたすら歩きました。そして最終段階、痛みにも負けず、お腹に手を当てて赤ちゃんに話すことに努めます。お母さんだけでなく、赤ちゃんも狭い産道を通り抜けるのに苦しんでいるんです。それを考えると痛みも和らぎます。一度頭がのぞくと、あとは重力の法則に従って、スポッと赤ちゃん誕生です。へその尾は、お父さんが切ってくれました。

担当の先生いわく、アプトノミー法で誕生した子供は自律心が強いとか。我が家の息子はまだ7ヶ月。しかしもうベッドの中でつたえ歩きをしています。これもアプトノミー法の効果でしょうか？子供は出産時をちゃんと記憶しているそうですが、将来これは息子に聞いて確かめてみます。

アプトノミー法での出産には、夫の立ち会い（助け）が必要です。出産時に立ち会うことに抵抗があるというお父さんもいらっしゃるでしょう。私の夫は、妊娠中の私に嫉妬していました。というのも、私は子供の存在をお腹の中で常に感じ、母であることを実感していましたが、夫は子供の誕生まで父親になることをおあずけでした。しかしアプトノミー法での出産で、2人でつくった子供と一緒にこの世に誕生させたという印象を受け、とても喜んでいました。

最近忙しいお父さん、次の出産は、お母さんと2人で。誕生から子供の成長を見守ってはいかがですか？