

応援、母ちゃん！

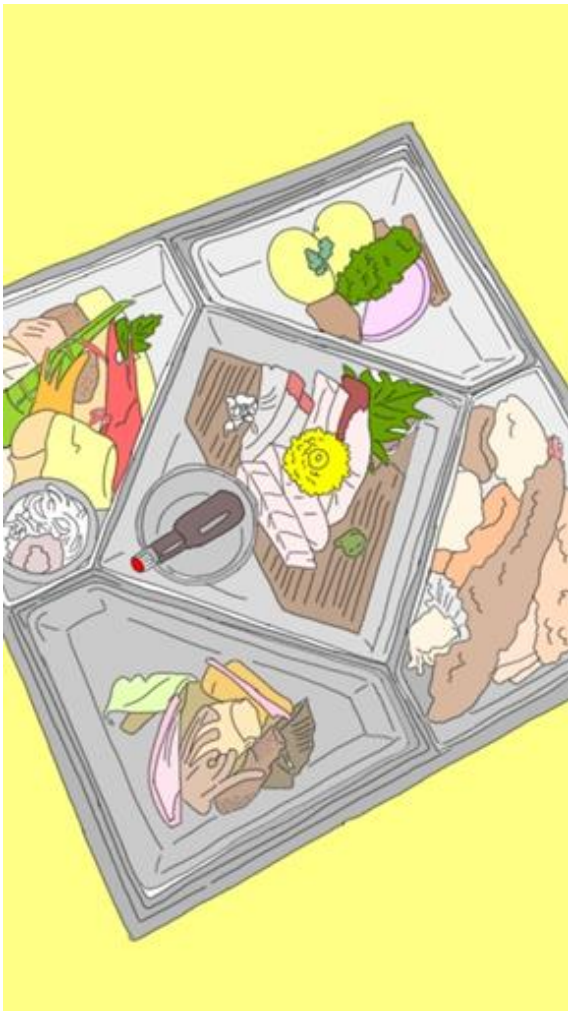
～子育てしながらはたらく母親たちの日常～

5

－ 産休・出産編 －

たまむら ふみ

玉村 文



わたしは2021年3月末までの勤務を終え、4月から産休に入りました。産休前は、仕事と子育ての両立と妊婦生活を同時に送っていて、目まぐるしい日々でした。そのため、それまで手がまわっていなかった家事に着手することに。産休を有意義に使おうと、あれもしたいこれもしたいとリストを作成しました。と言っても「カーテンを洗う」「パンづくりをする」「映画館に行く」「美容院に行く」など、一つ一つはそんなに大きなことではありませんそして、このリストを消化する産休がスタートしました。

ところで、出産は予定日というものが決められます。これは最終月経開始日を0週0日として、40周目つまり280日目が出産予定日となっています。予定日はあくまで目安ですが、妊娠37週～41週間の5週間の間にお産があることを「正常産」といいます。この時期に生まれると、

赤ちゃんは身体の各機能が十分に成熟し、出産後の母体の外での生活にもスムーズに適應できると言われています。この「正期産」でも5週間の期間があり、出産日を正確に予測することは困難です。

一方で、出産日を事前に決める「計画出産」というお産のやり方もあります。わたしは、第一子を帝王切開で出産したため、第二子も帝王切開で出産することになりました。そのため、出産日を産院と自分の希望で決めることができる、計画出産をすることになりました。コロナ禍ということもあり、事前にPCR検査を求められていたので、検査のスケジュールも組み込んだ出産計画を立てました。

計画出産を立てる。

コロナ禍での出産で、わたしの場合は、第二子は予定帝王切開と早くから決まっていた。出産での入院中、2歳前の上の子のお世話をどうするか、夫の仕事の都合や義理の母に手伝いに来てもらう調整などを事前に夫と相談し、かなり早い段階で出産、入院計画を立てていました。保育園が休みになるゴールデンウィークを有効活用するために、5月1日に出産、ゴールデンウィーク中は入院し、その間に義母が父子2人の生活をサポートするという計画です。2歳にも満たない息子は、初めて母親であるわたしと一週間離れて過ごすことになる。それでも安定して過

ごせること、夫が仕事と両立できることを最優先で考えました。

ですので、まずは入院期間を確定し、そこから出産日を決定しました。出産日が決まると、PCR検査をいつするのかを決めます。帝王切開手術のため夫が立ち会うことになり、夫も検査を済ませておく必要がありました。帝王切開手術日、つまり出産日の2週間前に夫のコロナ抗原検査、一週間前にわたしのPCR検査をしておくように言われていました。ちなみに、妊婦のPCR検査費用は自治体からの負担があり、検査費用の2万円は立て替えておいて後日請求し払い戻しされるという仕組みになっていました。

また、帝王切開手術にかかる保険医療については、健康保険を使えます。妊婦健診や自然分娩の場合は、自由診療となりますが、手術は違います。健康保険を使って自己負担は3割になります。しかしながら、手術は高額なので、自己負担の限度額までを支払うという高額医療費制度を活用して限度額適用認定証の申請をしました。限度額適用認定証は事前に協会けんぽで申請し交付してもらうことで、退院の際の諸々の費用の精算の際に、医療費は限度額以上の請求はありません。

事前に計画を立て、限度額認定証の申請も済ませ、あとは出産日までは計画的に検査を受けたり、家事を済ませたり、自分のやりたいことに時間を使うだけです。

計画通りには行かない出産。

計画を立てると出産日までに「産休中にやりたいことリスト」を消化していきましました。カーテンを洗濯したり、パンづくりをしたり。産後1ヶ月は出かけられないので、散髪は出産の直前のほうが良いと判断し、美容院の予約だけしておきました。

しかし、結果的には産休入りしてたった3週間で出産することになりました。映画館に行くこと、美容院に行くことは叶わず。計画した日よりも一週間以上早い日に、緊急帝王切開にて出産することになってしまいました。もっと安静にしておけばよかったと、出産当日は自分の行動を後悔。PCR検査の結果がわかる前に、手術は始まってしまいました。

一人目のときは出産予定日より遅れて、産休は8週間。かなりゆっくりできたのに、二人目は産休は3週間。出産は毎回違う、つまり前回と同じ経過をたどるとは限らないということを、身を以て感じる体験でした。

出産経過、備忘録。

4月22日(木)の朝、目覚めると出血していました。痛みはありませんでしたが、夜中にお腹の張りで何度か目覚める

ことが続いていました。検診の予定は先でしたが、出血が気になりその日の午前中の診察に行くことにしました。その前に、子どもを保育園に送り洗濯をし、読み終えた本を整理して処分する算段を整えたりと、まさかその日に出産になるとは思わずに「産休中にやりたいことリスト」を消化していました。緊急性が高いとは思わずに、診察も順番待ち。そんな状態で、医師から「このままでは危ないので、今日手術します」「緊急の帝王切開のために、医師が集まらず他の病院に転院することになるかもしれない」と言われました。動揺しました。そして、もっと安静にしておけばよかったと後悔しました。

急な計画変更にどうしようかと思考しているわたしを横目に、院長先生がLINE電話をかけていました。「今日、急遽帝王切開をしたいのですが、来られませんか？」と医師集めをしてくれているのです。スピーカーがオンになっており、「あー、今日は無理ですね」と相手の医師の返答も聞こえてきます。看護師さんが「丸聞こえでごめんなさいね」と謝ってくれました。医療機関にかかると、自分対医師、自分対看護師など1対1のやりとりをすることばかりだったので、医師同士のやりとりはとても新鮮で興味深いものです。医師同士のやりとりは、後の帝王切開手術中も聞くことができました。

結局、院長先生が医師を集めてくれ、無事に手術ができる体制が整いました。それを聞いてから、入院準備のため荷物

を取りに自宅に戻りました。一週間分の入院グッズを整えて、実母に車で送ってもらいながらも、出産が早まってしまうのは、日々慌ただしくしてしまった自分の行動のせいかもしれないと、後悔の念を消すことができませんでした。

帝王切開手術の場合、絶飲食になります。ですので、この日はいったん自宅に荷物を取りに帰ったときもお昼ごはんは食べず、午後は点滴をしてベッドで安静にするようにいわれました。手術は20:30から。それまで個室で点滴をしながらTVを見て、身内や親しい友人などに連絡をして過ごしました。その間もずっと上の子の心配ばかりをしていた記憶があります。

どんなふうに帝王切開手術は始まるのでしょうか。わたしの場合は、手術着に着替え点滴をした状態で、歩いて手術室に向かいます。そして、手術台の上に登ると、看護師たちが手術着を脱がせ手足を固定するなど準備をします。寝かされた視界には、蜂の巣のようなライトが光っています。丸いライトを取り囲むステンレスの部分に反射して、自分の身体がぼんやりと見えます。レーシック手術で近視を矯正し、視力を回復させたわたし目には、手術中の自分のお腹の様子をぼんやりとですが見ることができました。気分はブラックジャックのようで、自分のお腹の中を見られるなんてもうないかもしれないと、密かに興奮しました。

もう一つ興味深かったのは、医師たちのやりとりです。帝王切開手術は部分麻

酔なので、手術中の様子は覚えています。看護師も交えて、「麻酔がうまくいった」や「テープはもっと丁寧に貼って」という手術に関係するやりとりだけではなく、医師たちの「一日一食にすると調子が良い」など自身の健康の話や、「うちの息子は△△病院にいて帰ってこない」など、家族の話をされていました。いわゆる雑談的な会話で、おもわずわたしも会話に加わりたくなるくらい、穏やかなやりとりがなされていました。

出産自体は、手術開始15分ほどでお腹から赤ちゃんを取り出して、そのままわたしに見せてくれました。すぐに泣いてくれたのと、早めに生まれたにしては2800gほど体重があったと伝えてもらえたため、安心しました。赤ちゃんの処置は別室で、手術はその後2時間以上続きます。その間、医師たちはお話ししながら、わたしにも声をかけながら作業をされていました。穏やかな雰囲気とは異なり、実際にはなかなか出血が止まらずに輸血され、わたし自身も手術の後半は寒くてガタガタ震えていました。「寒いです」というと、手術室を温めてくれました。手術が終わり、ストレッチャーで個室に運ばれてベッドに寝かされたあとも、電気毛布などで身体を温めてもらいました。結局、1500mlほど出血があり、出産時の出血量としては多量に分類されました。術後は輸血や、その後の貧血への処置をもらい、一日一日できることが増えていき身体は回復していきました。

入院中の過ごし方、備忘録。

コロナ禍での入院中は面会禁止でした。食事は個室に運ばれて個食になるなど、できるだけ他者と接触しないようになっていました。2019年に一人目を出産したときは、産院の食堂で他の方たちと一緒に食事をしていましたが、今回は、個室食です。またPCR検査では陰性であったにもかかわらず、看護師たちが個室に入室される時は、わたし自身もマスク着用を求められました。授乳は授乳室で他の母親と一緒にしていましたが、その時ももちろんマスク着用です。

唯一、他の母親たちと交流ができたのが授乳室でした。わたしが入院中は、たまたま経産婦ばかりで、3人目の出産をされた方や4人目という方もいて、交流はとても楽しかったです。授乳指導をする助産師さんたちも、他のお産が始まると授乳室から出て行き、「経験者ばかりだから、あとは自分たちでやってね」と安心感があったようです。授乳については上の子での経験が活きました。マッサージのやり方やこのくらいならまだ大丈夫、などと感覚的に見通しがもてるのです。

上の子の様子は、毎日夫からLINEで聞いていました。上の子なりに、母親がいない状況でも頑張っている様子でしたが、不安定になるときもあったようです。わたしも心配で涙が出ることもありました。退院したら寝られなくなると、夜は赤ちゃんを預けて寝るようにしていましたが、上の子が気になって早く

退院したいという気持ちでいました。初めての父子生活で、夫も仕事を休み家事をすべて担うなど、相当頑張っていました。

退院して

退院の朝に、赤ちゃんの授乳や沐浴、医師のチェックを済ませます。母親であるわたしも退院前の内診を経て、個室の部屋の片付けを済ませ、外着に着替えます。入院中はずっとパジャマ姿で一步も外に出ずに過ごしていたのに、久しぶりに化粧をして着替えて外に出ると、なんだか娑婆に帰ってきたなというような気持ちになります。気分がしゃんとします。

自宅に戻ると、上の子はちょうどお昼ごはんを食べていました。でも、わたしの姿を見ると驚いた表情のあと、泣き出しました。わたしも胸が詰まって上の子を抱きしめました。一週間ぶりの抱っこは、新生児の3キロ弱とは違って、ずっしりとした重さを感じました。

とうとう家族4人の生活が始まります。責任感とワクワクと疲労感などいろんな感情が押し寄せてきました。