

# 妊産婦のためのアメニティを考える

— 産科外来での取り組みから —

分娩室：竹中 好美

## 1. はじめに

アメニティは快適性や居心地のよさということを指します。クオリティ・オブ・ライフを送るためには、まずこのアメニティを追求することが先決です。産科外来には順調な経過で定期検診に来る人や、不安や緊張状態のなか秒読みの時を待つ人、遠方の病院から紹介をうけやむをえずやってきた人など、複雑な気持ちで待つ人がいます。そんな妊産婦に対して、いかに充実したケアを提供するかをテーマに、この一年間アメニティ作りに取り組んだのでここに紹介します。

## 2. 実践内容

### (予約制の導入・BGM・図書の設置)

光彩が乏しい廊下の待合室は、昼でも電気が必要で、夏は暑く冬は寒く、快適な空間には程遠い条件下にあります。前年度の調査によれば、受け付けから診察室までの待時間は平均2時間5分と長く、連日苦情が殺到していました。そこで待時間をできるだけ快適に過ごしてもらえるように予約制の導入やBGM、図書のコーナーの設置など試みました。

一年を経て予約制はすっかり定着し、混雑がようやく解消され、待時間は一時間に短縮され苦情も減りました。さらに、予約と予約制を区別することで、緊急を要する妊産婦に対してより早く対応することが可能になりました。BGMの内容は、FM放送の軽音楽ですが、はじめて音楽を流したときの反応はみな好評でした。

また、からだに関する情報の提供を狙って、女性の大きな問題で、かつ出産にも関連が深い尿失禁の本を目につきやすいところに置いてみました。ある時、50代くらいのご婦人がやってきて「私はこれがあるのですが・・・」と、この本を手にとめらいがちに相談がありました。わたしたち女性にとって、このような問題は口に出しにくいこと。また、なにも相談するほどではないと考えているかも知れません。このような相談が、自然に向こうからやってくるような場面がもっとあればいいのですが・・・今後は出産前に予防として知識を持ってもらうことや、潜在的なニーズに答えられるように努力をしたいと考えます。

### (育児への投げ掛け)

産科診察室の掲示板には、育児相談の切りぬきや、父親の育児参加を呼び掛けるパンフレットなどを掲示し、育児に役立つ情報を提供しています。またマタニティ雑誌の付録にある赤ちゃん用品の手作り型紙を自由に貸し出しサービスしています。

### (安定した椅子)

診察室は外来を訪れた人の気持ちを少しでもほぐせるよう模様替えをしました。これまでは狭くて小さな一人用だった待合椅子を、明るいオレンジの長椅子に換えることで、お尻の大きな妊婦が

ゆったりと座れるようになり、またたまたまとなりあったひととおしの会話が診察室の雰囲気を暖かいものにしてくれる効果が生まれました。

(色へのこだわり)

とかく病院といえば白ですが、診察の際に膝に掛ける掛け物を白からピンクに換えてみました。ピンクは女性ホルモンを分泌させる色だそうです。お化粧するように女性のこころをほぐすためには色を意識することも必要のように思われます。

(無機質な器機たち)

モニターや超音波などは味気なく、無機質な気分にさせてくれるものです。パソコン、超音波の周辺や更衣室の中など小さなマスコットを置き、ときには待時間に飽きてしまった子供達をときどきあやすのにも一役かっています。

(初診のかたに)

はじめて来院した人は、まず診察室に呼び入れて、診察までのほんのわずかな時間を利用して診察の説明や今後の打ち合せをします。特に医師に言いにくいことがないかも聞くことにしています。

(内診への準備)

内診・・・女性が婦人科を訪れることに抵抗を感じるのは、まずこの行為があるからでしょう。いざ内診となるとなかなかゆったりと接することが出来ませんから、事前に、たとえば妊娠初期の子宮頸管部が妊娠によって熟していくことを想像してもらったり、診察の必要性についても話し了解を得ています。内診の恐怖を取ることは、出産で体を開放することと同じように大切な準備であると考えます。

産後の検診の際には必ず尿もれの有無を聞き場合によっては内診指を入れて引き締めやり方や夫婦生活の工夫も話すようにしていますが、出産によるダメージが大きかった人に対するケアこそ今後の課題のひとつです。

(性を考える場に)

そのほか、効果的な教材としてマタニティ体操やタリ過ぎ度チェック表などさり気なく長椅子に置いています。また、学校の性教育のなかではよく知られている感動的な写真集を対話のできそうな年齢の親子などに見せたりします。裸の男女がありのまま抱き合う写真を親子に見せると、へえ最近の性教育ってすごいなあ。と関心していく人もいます。

(鏡を利用して)

妊婦には鏡を利用し自分のおっぱいを観察してもらいます。

(骨盤計測)

当科では胎動を感じはじめる20週前後の妊産婦に対して乳房の観察や骨盤計測を行なっていま

す。胎盤に触れながらその人のボディイメージなどを聞き出したり、出産への不安や期待などをじっくりと聞きとるチャンスでもあります。これまで、更衣室として使用していた鏡のあるコーナーを開放してベッドをいれたことで指導室として有効な空間を作り出すことができました。おっぱいと同様自分の体に触れ関心をもってもらうにしています。

#### (ミニレッスン)

安産のための準備は欠かせませんが必要があればミニレッスンを行ないます。安産のための原始的な感覚を呼び覚ますための体の準備として、日常生活のなかで無理のない範囲でできることを中心に話しています。たとえば1, しゃがむこと 2, よつばい 3, 自然の中草むらや砂利道を散歩するなど、特に妊婦37週を過ぎた妊婦には積極的に指導しています。

#### (最後のとき)

妊娠37週の妊婦には胎児胎盤機能検査が行われます。妊婦がリラックス出来るよう、また仰臥位性低血圧症候群を予防するためにリクライニングの椅子を持ってきました。出産に送り出す最後の激励のとき、妊産婦とゆっくりと話せる貴重な時間です。お産への心の準備としてイメージトレーニングの指導も試みています。

### 3. 考 察

アメニティといったとき、建築や設備といったハード面と医療者（われわれ助産婦や看護婦）の親切的な心配りや適切な指導といったソフト面の対応、そして、さらにそれを受け取る対象との相互関係により適切な空間を作り出すといわれています。

今回はささやかな取り組みですが、予約制の導入による待時間の短縮や、心を和ませる音楽の提供、ポスター、マスコット、情報の提供の雑誌などを掲示することにより、そこから会話のきっかけが生まれ、話しにくいことも話やすくできる可能性や骨盤や子宮など、女性の神秘的な部分にも話を発展していけることなど報告しました。

### 4. おわりに

本来、助産婦外来といった、ひとりひとりともっとゆっくりとした時間が持て保険指導できる援助が出来たらというのが理想ですが、現状ではそれを望みませんので、これからも診察は医師との二人三脚でよりよいアメニティ、そしてそれがよりよいお産につながるように努力していきたいと思えます。

### 参考文献

- (1) 杉山 幸一：妊産婦のアメニティを考える，杉山クリニックの工夫，ペリネータルケア，メデイカ出版，11，P52-56 1993.
- (2) 後藤 幸子：妊産婦のアメニティを考える，産期の椅子，ペリネータルケア，11，P19-36 1993.
- (3) 山里 五鈴：妊産婦のアメニティを考える，陣痛室のBGM，ペリネータルケア，メデイカ出版，11，P42-46 1993.