

山本助産院だより

2019. 10

236-0031

横浜市金沢区六浦 2-14-12

TEL 045-788-6601

http://yamamotojyosanin.com



お知らせ

10月28日(月)13:00~15:00 横浜市大病院のベテラン小児科医 関和男先生&助産師による「親子で健康チェック」1歳を過ぎても健診が受けられます。ママの健康チェックに加え、おっぴのクイックチェックも! 親子で2000円。ご予約・お問合せは山本助産院(045-788-6601)まで。

*助産師@伊藤のつぶやき*おっぴにまつわるエトセトラ

今回は卒乳について。3人の子どもを母乳で育てました。助産師ではありませんでしたが、総合病院の産婦人科病棟に勤めていた私は、実は病院を退院した後のおっぴの実際を知りませんでした。どんなふうに変化してどんなトラブルが起きたりするのかわかるのか、そしてどうやっておっぴをやめるのか...

幸いにも、一人目は大したトラブルもなく1歳を迎えました。まだ母子手帳の1歳児健診のページに断乳が完了しているか否かの問いが載っていたところです。「1歳で断乳するのが正しい」と思っていた私はお誕生日の前後に断乳をしました。夫の協力もあり、大泣きの娘も2日ほどで何とか落ち着いたのでありますが、私のおっぴのほうが大変。がちがちと岩のようになり痛くて抱っこもできません。熱までもってきて「これは乳腺炎だ!」と外科を受診。Drに「乳腺炎ではありません。助産師さんに相談して下さい」といわれる始末...。自分が助産師だなんていえるはずありません... (笑) 断乳がこんなに大変だなんて知りませんでした。

そして3人目の頃は助産院で働いていました。世間でも断乳ではなく子供が自分から離れていく卒乳が勧められるようになりました。いつまで飲むかな。息子はいつまでもどこでもおっぴ星人。「パイパイ頂戴!」「どっちのパイにしようかな?」おしゃべりするようになってからの授乳もかわいくて楽しかったり、なかなか離れない息子に「もういい加減勘弁してくれ」とうんざりしてみたり。毎年「〇歳になったらやめる」と宣言しながら自動更新して3歳4歳と飲み続けました。そして5歳を過ぎたころふと気づくとおっぴを飲んでない。「あれ?パイは?」「えっ?5歳で辞めると言ったじゃん」こうして私のおっぴライフは終わり、がちがちにはまることもなくフェードアウト。すっかりしぼんでしまいました(笑) 大変なこともあったけど、たのしかったなあ。

いつのころからか、母子手帳から断乳の文字が消えました。長く授乳することでママにとっても赤ちゃんにとってもメリットはたくさんあります。〇〇だからもうやめなきゃという決まりはありません。おっぴをやめる時期や理由は様々。それぞれのママと赤ちゃんのスタイルの中で最適な卒業ができるといいですね。迷ったり困ったりしたら助産師に相談してね。楽しいおっぴライフを!

たんぼぼ◎みんなで外遊び!◎

たんぼぼ恒例の外遊びイベント、今回はレイディアントシティにある八景西公園で行います。秋の草花を使った遊び、シャボン玉などを行います。みんなで外を楽しみましょう!

10月17日(金) 予約不要、参加費無料
10:15 たんぼぼ出発 (現地集合も可)
10:30~11:30 八景西公園にて

雨天の場合は、広場でパラバルーン等を行います。

☆ 実習生より ☆

山梨県立大学 看護学科 助産学生 松原礼です。今回は、私が興味のある発展途上国の母子保健についてお話させていただきます。

私は大学2年生の時授業の一環でラオスという東南アジアの発展途上国に行ってきました。そこで知ったのは、文化の違いによる医療介入の難しさです。

ラオスには昔から伝わる産後の慣習がいくつかあります。例えば「モッカオ」という泣いている赤ちゃんに柔らかくしたもち米を与える習慣は、お腹が満たされて赤ちゃんは泣きやみませんが窒息につながる危険な行為でもあります。また、仏教信仰の国で輪廻転生の考えがあり、命は必ず生まれ変わると信じているので、生まれてきた赤ちゃんの予後が悪いと、自然に任せる考え方で蘇生などを行わず布に包んで庭に放っておくということもあるそうです。

文化の違いを「危険だ」「やめるべきだ」というだけではすまない難しさを実感してきましたが、「何とかしたい」という気持ちも強くなってきました。優先されるべきは命が文化が日々考えますが、大切なのは相手を尊重し、歩み寄ることだと気づくことができました。本当の国際協力とは異文化理解だと考えるようになりました。

こうした経験から将来国際協力を携わりたいと思っています。発展途上国の医療の背景には貧困やインフラの未整備だけでなく、このような文化の違いによるおのもあるのだと多くの人に知ってほしいです。

☆横浜市 妊婦歯科健診☆

カナリヤ歯科クリニックの川原先生が、助産院で出張歯科健診をさせていただきます!
「横浜市妊婦歯科健診受診券」を使えます。

11/19(火) 13:00-14:30

健診終了後は、歯のブラッシング指導及びQ&Aの時間もあります。

妊娠すると、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯肉が腫れやすくなったり、むし歯になりやすい状態となります。重度の歯周病により、早産・低体重児出産の頻度が高まる可能性も報告されています。ママのお口の中の健康状態が、生まれてくる赤ちゃんに大きく影響します。ぜひ妊娠中に、歯科健診を受けましょう!

~癒やしの時間~

各施術師が山本助産院 地下リラクゼーションルームにて出張で行います。

10/1(火) こころ整体
10/8(水) アロママッサージ (小高)
10/10(火) リンパドレナージュ (太田)
10/15(火) こころ整体
10/30(水) リフレクソロジー (長谷川)

1回40分 3000円

10:00-15:00 (おひとり1時間) で受け付けます。予約は助産院へどうぞ。

*施術中、お子さんをたんぼぼで一時的預かりできるようにになりました。お子さんひとりにつき1時間300円(同施設内預かり料金)です。どうぞご利用ください!