

安産教室第5回

「帝王切開について 知っておきましょう」

帝王切開が予定されている方はもちろん
すべての妊婦さんに知っておいていただきたい内容です



もくじ

- 帝王切開について知ろうー助産師オススメの本
- 帝王切開になるケースとは
- 妊娠中のスケジュール（予定帝王切開の場合）
- こんな症状はすぐに病院へ！
- 出産の日までにしておくこと、準備するものについて
- よくある質問
- ご家族のかたへ
- 「わたしのお産」について



帝王切開について知ろう

お産は二通り、経膣分娩か帝王切開です。

• お母さんか赤ちゃんに何らかの問題が生じて、経膣分娩が難しいと判断される場合に、手術で赤ちゃんを出産する方法です。

すべての妊婦さんが、帝王切開になる可能性があります。



～帝王切開になるケースとは～

帝王切開には、
あらかじめ手術日を決めて実施する「**予定帝王切開**」と、
お産が始まる前、あるいはお産の途中で何らかの問題が
急に生じたために行う「**緊急帝王切開**」の2種類があり
ます。

それぞれ、**お母さん側の理由**と、**赤ちゃん側の理由**が
あります。医師がその都度、状況に応じて判断します。



予定帝王切開になるケース①

お母さん側の理由

- 前回の出産が帝王切開だった
- 赤ちゃんの頭が、お母さんの骨盤に比べて大きい
(児頭骨盤不均衡、狭骨盤)
- 胎盤が子宮口の近くにある (低置胎盤、前置胎盤)
- 双子を妊娠している
- 子宮の手術を受けたことがある
- 出産に影響する病気がある (母体合併症)
- 子宮口の状態 (軟化してこない) など

予定帝王切開になるケース②

赤ちゃん側の理由

- 赤ちゃんの頭が下を向いていない（骨盤位、横位）
- 赤ちゃんが生まれやすい胎位になっていない
（回旋異常）
- 赤ちゃんが大きい
- 赤ちゃんになんらかの問題や病気がある

など

緊急帝王切開になるケース①

お母さん側の理由

- 分娩に長時間かかっている（遷延分娩、分娩停止）
- 破水後、子宮内に細菌が入る（子宮内感染）
- 妊娠がきっかけで重度の高血圧になった（妊娠高血圧症候群）
- 赤ちゃんが生まれる前に胎盤がはがれる（常位胎盤早期剥離）
など

緊急帝王切開になるケース②

赤ちゃん側の理由

- 赤ちゃんが低酸素状態に陥った時
- 赤ちゃんが生まれやすい姿勢になっていない（回旋異常）
- へその緒が下がっている、あるいは出てしまった
(臍帯下垂・脱出)
- 赤ちゃんが生まれる前に胎盤がはがれる（常位胎盤早期剥離）

など



予定帝王切開の場合 妊娠中のスケジュール



妊娠37週～38週

妊娠34週～35週

いよいよ出産です！
手術予定日の前日に入院します。

妊娠32週～

術前検査、
医師から同意書などの説明、
麻酔科の医師の診察があります。

妊娠30週～

手術の予定日を
相談します。

入院中のスケジュールを説明します。
入院するときのお部屋の希望を聞きます。



HOLY SPIRIT

社会福祉法人聖霊会 聖霊病院⁹産科病棟

こんな症状はすぐに病院へ！

- おなかの張りが何回もある、痛い
- 出血がある、おりものに血が混じる
- 破水をした、水っぽいおりものが出る
- 赤ちゃんの動きがいつもより少ない



- 症状によっては帝王切開の予定が早まることがあります。
少しでも気になる症状があれば、すぐに電話相談してください。

出産の日までにしておくこと



- **手術に関してわからないこと、なんとなく不安に思っていることなどは、どんなに些細なことでもよいので、主治医や助産師におたずねください。**お母さんとご家族の、大切な出産です。家族みんなで理解して、納得して出産にのぞみましょう。
- **処方されている薬は、主治医の指示通り内服しましょう。**
張り止めや貧血の薬は大切です。
- **風邪などの感染症予防に努めて、体調を整えましょう。**
鼻が詰まったり、咳が出たりしないように…



入院準備にいられてほしいもの



- **大きめのバスタオル1枚**

術後にタオルケットとして大活躍します。

- **水筒orタンブラー**

病棟にあるティーサーバーでお茶・水が飲めます。

とりあえずすぐ飲めるようにペットボトルは数本あると便利！

産後はたくさん水分をとります！

- **メガネケース**

手術室でメガネを外した時、ケースがあると安心です。

※普段コンタクトレンズの方は、メガネを忘れずに！

お産セット（帝王切開用）の中身

入院した日にお渡しします！

弾性ストッキング
(着圧の靴下です)

産褥パット
(お産用の特大サイズ)

スリッパ

手術室に着ていく
パジャマ

乳頭の保湿クリーム

へその緒の
桐箱



☆入院の準備はマルアーク P 42~43を参照してください

☆その他にあると便利なもの

バスタオル

- ・手術後の体温調節に使用できます。
- ・手術当日は、麻酔を使用している関係で枕は使用しません。
首が痛くなる方はバスタオルを使って調整することができます。

生理用ナプキン(昼～夜用程度)

- ・退院近くになると、入院時にお配りする産褥パッドが足りなくなることがあります。出血量は減ってくるので、昼～夜用程度のナプキンがあると便利です。
(売店で購入することもできます。)



よくある質問

**「手術」となると、痛みの心配
はつきものですよね。
手術後の回復のめやすをご紹介します。**



☆マルアークのP 55~59も参照してください

よくある質問



日数	痛みと対策
出産当日	手術の麻酔が切れたら、点滴や座薬の痛み止めが使えます。背中から硬膜外麻酔が入っている方もいます。
術後(産後) 1日目	水が飲めるようになり、夕食からおかゆ食が始まります。動くと痛みがあるので、ベッドから下りて歩くのも傷をかばいながらゆっくり。痛み止めの座薬を使いながら歩く練習をしていきます。



日数

痛みと対策

術後(産後) 2~4日目

赤ちゃんのお世話も少しずつ始まりますが、立ち上がったたりする動作で傷が痛むこともあります。我慢せず痛み止めを内服して、体調に応じて休憩しましょう。

術後(産後) 5~7日目

動くことや赤ちゃんのお世話にも慣れてきて、人によっては痛み止めがなくても動けるようになります。



日数

痛みと対策

**術後(産後)
1~2週目**

家庭で育児や家事を始めると、動く量も負担も増え、痛みがぶり返すこともあります。重いものは持たないようにしたり、下腹に力が入る作業は避けましょう。

2~4週間後

立ちっぱなしや不安定な姿勢が続くと痛くなるので、避けましょう。

・痛み止めについて

病院が処方する痛み止めは、処方通りに内服していれば、母乳への移行はあっても、赤ちゃんに影響するほどの量ではありません。

痛み止めを適切に使い、お母さんが少しでも産後の生活を快適に過ごせるほうがメリットが大きいと考えています。



『我慢できないほどじゃないから…』と
痛み止めを使うのを控える方も多いのですが、
「動くと痛い」ならば、痛み止めは使いましょう



- 「傷の痛み」と「子宮が収縮する痛み（後陣痛）」がありますが、後陣痛は痛み止めが効きにくいことがあります。



……そんなときは

• **アロマや足湯などで気分転換**

好きな香りでリラックスするだけでも痛みが和らぐこともあります。

筋肉が硬く縮んでいると痛みを感じやすくなります。

シャワー室に足湯用のバケツがあるので

足首まで温めてみましょう。

病棟でもご用意できます。





ご家族のかたへ



- 帝王切開後1か月までのお母さんは、重い荷物を持つとおなかの傷にもひびききます。まっすぐ立つことも傷が痛みますし、それをかばって前かがみに歩くので、腰も痛くなります。
- 立派に赤ちゃんを出産した勲章です。ゆっくり身体を回復させる時間を作りましょう。



ご家族のかたへ



- 台所での作業、お風呂、洗濯…どれも前かがみになったり、長時間立ったままだったり、重いものを持ったりします。今は何気ない日常生活でも、大きな負担になります。
- 産後はだれが、どんなことをしてお母さんのサポートをするか、今から話し合っておいてください。



HOLY SPIRIT

「わたしのお産」について

- 別冊マルアーク「わたしのお産」のページを記入しましょう♪
…心配なこと、不安なことを書いてくださっても構いません。
よりよいお産になるよう、助産師もお手伝いします。
- 手術室では、自分の好きなCDをかけることもできます。
- 手術前や後に、お部屋で音楽を聴いたり、アロマを使ったりすることもできます。自分がりラックスできる工夫を見つけておいてください。

予定された手術の日まで、おなかの中で赤ちゃんを育ててあげることが、お母さんにしかできない立派な仕事です。

妊娠中は家族みんなでたくさん話しかけて、たくさんおなかを触ってあげてください。

妊娠・出産の思い出が、お母さんにとって

「頑張った！」「乗り越えた！」と思える経験になりますように。助産師は応援しています。

おわり



HOLY SPIRIT

社会福祉法人聖霊会 聖霊病院²⁵産科病棟

～本の紹介～

『ママのための帝王切開の本』

産前・産後のすべてがわかる安心ガイド

竹内正人・細田恭子・横手直美 編著

中央法規

産婦人科医、助産師、帝王切開経験のあるママさん代表の3名で書かれた本です。とても丁寧に細かく説明が書かれています。外来や病棟にありますので、読みたい方は助産師まで声をかけてくださいね

