

助産師の声（30代 大学病院勤務）

大学病院勤務で周産期医療に携わる中で、妊産婦における筋骨格系のトラブル（マイナートラブル）は命に関わるほどのことではないし、病的なものでなければ“仕方ない、いずれ治るもの”とあまり深く考えていませんでした。ですが、助産師として自信を持って骨盤を理解できている状態でないことに不安を持っていたのと、マイナートラブルに対して本当に様子を見ることしかできないのかといったことや切迫早産で安静にしている妊婦さんにできることはないのかといったことに疑問を持っていたことがきっかけで、國吉先生のところへ勉強に行くことにしました。治療院で様々な妊産婦さんと関わってすぐに、妊産婦の筋骨格系のトラブルを浅く捉えていた自分を恥じました。というのも、筋骨格にトラブルを抱えていることで、妊産婦たちが妊娠や出産、育児に前向きになれず、「私が子どもを守っていかなくてはいけないのに、自分の症状がよくならなくて先が見えないことが不安」「こんな状態で本当に子どもを産めるのか」「育児に終わりはないのに、身体が思うように動かなくてどうしたらいいかわからない」と言って涙する方が少なくない現状を目の当たりにし、筋骨格系のトラブルが産後うつや虐待リスクにつながる可能性もあると考えさせられたからです。逆を言えば、骨盤ケアを通じて妊娠期～産後まで継続的に関わるきっかけを作ることができ、産後うつや虐待リスクを防止できる役割も担っていると言っても過言ではないと思っています。治療を見学する中で、身体がリラックスできると心がひらけ、自然と日々の悩みをお話しされたり、治療中は唯一自分のための時間と言う妊産婦の方々を見て、骨盤ケアの担う役割は大きいと日々感じています。私が助産学生の際は、骨盤の解剖・生理を机上で学び骨盤計測法は実習でも行いましたが、マイナートラブルなどの症状と結び付けて妊産婦にアプローチする介入についてはあまり学んでいなかったもので、助産師として妊産婦に寄り添うために骨盤のことを改めて学び、臨床で活用しやすい骨盤ケアについて学ぶことができるのはとても意義が大きいです。骨盤ケアというと、助産師が妊産婦の身体を触って骨盤を調整するようなイメージがありましたが、サステーナ式骨盤ケアは、必ずしも筋骨格にアプローチするような手技がなくてはできないことではなく、本当に明日から活用できるアプローチ法でなおかつ妊産婦目線に立っているケアであることが魅力的です。一重に骨盤ケアと言っても、様々なかたちがある今の時代だからこそ妊産婦にとって本当に必要なケアが届けられるようにこれからも精進していきたいと考えています。