

こんにちは

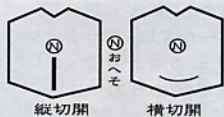
南海本線鳥取ノ 駅前(阪南市) ☎72-3788  
<http://www.rinku.zaq.ne.jp/nagamatsu>



Q. 帝王切開の痛みやキズあと、2回目について教えて下さい。

A. 色々な理由で帝王切開の問題は、さけて通れない問題です。病院によつては20%以上、3分の1が帝王切開というところもあります。帝王切開になった場合でも、なるべく痛くない麻酔(持続硬膜外麻酔等)の工夫がなされているか、切開は縦か横かという問題があります。私は最初の帝王切開の方には、横切り(ファンネンステイル横切開)を行なっています。創跡がなるべく残らないように、切開部分には特殊なテープかクリップで止めて、皮膚の縫合はありません。半年後には創部は目立たず、下着の中に隠れますので、気になりません。縦切りですと創が横切りより目立つことが多く、体質にもよりますが、跡が残ることがあります。後年、温泉や海水浴の時にイヤな思いをしたと言われる患者さんもおられます。又、前回が帝王切開だった方、ケースにもよりますが、慎重に管理させて頂く事で自然分娩もできます。

Q. 食育について教えて下さい。  
A. 食は、生命を維持する為、必要不可欠なものです。妊娠中の食事は自分だけではなく、胎児、その後子供への発育にも大きく影響します。また妊娠中の経過や母乳の分泌にも食は大きく影響します。その為妊娠という過程は、自分自身の食生活を見つめ直す機会となります。  
現在は、飽食の時代で外食・コンビニ弁当など加工食品が多く栄養のバランスがくずれ、部分的栄養失調といわれています。そして、飽食・崩食が子供の生活習慣病を増加させており、また情緒不安定となりキレやすい・落ち着きがない等の問題も生じてきます。



『正しい食を知り、正しい食を選び、正しい食生活を通じて健康な身体を作っていく』という人間を育てる』をめざす食育法もできました。  
当院でも妊娠中より産後、母乳育児、子供、お母さん御自身の為にも良い食生活を送って頂ける様、食育を推進していきたいと考えています。  
(助産師・上野由美)

