

広報

須



坂

2  
2018

みどころ 皆で支える地域医療 周産期医療の現状と取り組み

平成30年須坂市成人式



# 周産期医療の現状と取り組み



医療機関と地域住民が手を取り合ってより良い地域社会を築いていくためにできることをシリーズで考えていきます。今回のテーマは、妊婦の産前と産後の期間をみる「周産期医療」です。市内の周産期医療に関わる方々のお話などを通して、「地域で産み育てる仕組みを維持していくために何が 필요한のか」を考えます。

問合せ 健康づくり課 ☎026-248-9018

はじめに、周産期医療を取り巻く現状や課題を見ていきます。

## 【高齢出産の増加・減少する産科医】

須坂市の出生数は平成23年は365件、平成28年で340件で、長野県や全国同様に減少傾向となっています。

晩婚化の進行の影響もあり、母の出産時年齢が35歳以上の割合が、全国でおよそ3割といわれています(表①参照)。

一方、医療提供体制では、産科医師不足といわれて久しい産科・婦人科の医師数が、県内で人口10万人当たり8.2人(平成26年)と10年前の水準まで回復していませんが、絶対数の不足などから分娩を扱う施設が休診していくなどの課題があります(表②参照)。

## 【産科医師不足への対応】

長野県は、ハイリスクな分娩を主に担う「地域周産期母子医療センター」を県内各圏域に指定し、医療資源の集約化・重点化を進め、医療施設や職種間の連携による機能分化などの対応を進めています。

また、医師と助産師の専門性を生かし、マンパワー確保とお産の質の向上に取り組む「院内助産」に取り組み施設もあります。

## 【産後うつへの対応】

近年、出産後の体調の変化や子育ての悩みなどから発症する「産後うつ病」が注目されており、出産した方の約1割にその症状が現れるといわれています。

早期発見・早期治療・早期支援のため、精神科医療機関や地方自治体の連携が必要となります。

表①母の出産時年齢の人数(長野県)

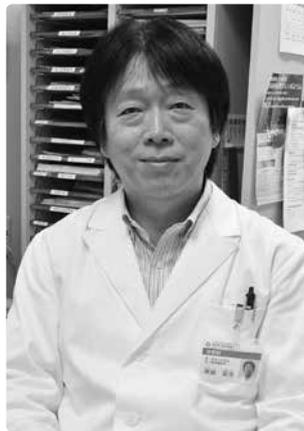
	H13	H18	H23	H28
35歳以上	2,811	3,500	4,356	4,309
34歳以下	18,078	15,365	12,561	10,860

表②主な診療科が「産科・産婦人科」である医師数と分娩施設数(長野県)

	H14	H18	H22	H26
医師数 (対人口 10万人)	8.2	7.8	8.9	8.2
分娩施設数	61	53	45	44

周産期医療の現状

信州医療センターの産科医療



県立信州医療センター  
産科部長  
南郷周児医師

産科医不足の医療現場

私は東京都の出身で、医師になつてからも東京の病院に勤務していましたが、平成20年11月、信州医療センター(須坂病院)に着任しました。

当時は、病院に産科医が1人になり、お産を中止せざるを得ない状況にあり、当時の長野県知事からの誘いで須坂に来ることになりました。

任期も終わり、後任の産科医もいたため須坂を離れましたが、その後、須坂病院が平成28年にもお産を中止していた状況下で再び誘いを受け、戻ることになりました。

全国的に産科医は増加傾向にありますが、その8割は女性で、自身の出産などを契機にやめてしまう方が多く、実質的にはお産を扱う産科医は減っています。長野県の場合、医

学部がある大学が一つしかないことや地域が広すぎるなどのも医師不足の要因だと思います。

現在、信州医療センターでは、年間で約200件のお産があります。現在は私を含め2人の医師で対応していますがギリギリの状況です。3人以上の常駐勤務が必要だと思います。安定的にお産を継続するためには課題が多いと思います。

周産期医療と地域の考え

産前と産後の期間をみる周産期医療は、母子ともに危険と隣り合わせです。医師は、常にさまざまな想定をしながら患者さんと向き合っています。

しかし、この地域はおおらかな方が多く、「お産は普通に生んで当たり前」と考える方が多い印象です。帝王切開に関しても否定的な意見を耳にすることがあります。

母子ともに安全なお産を優先することが何事にも代えがたいことだと思います。そのために、どんなに小さなことでもお聞きしながら、早めに対応することを心がけています。

近くにある安心

里帰り出産の方も含め、居住する地域の医療機関で出産し、産後の様子も継続してみてもらえるということとは、患者さんにとつて心の安心にも繋がっていると思います。

また、当院は助産師の産後ケアが充実しているほか、小児科との連携や万が一のときに他病院へ紹介できる体制なども整っています。

患者さんの中には「病院(医師)は敷居が高い」と考えている方が多くいらっしゃいますが、そんなことはありません。気になることや心配事があれば、産科に限らず相談していただければと思います。

特に20〜30歳代の方へ

病院では、子宮がん検診を行っていますが、この地域は受診率が低く、特に若い方が受診しない傾向にあります。

検診ではがん以外に、卵巣の腫れなど、ほかの病気もわかります。高齢出産が増加傾向にある中、若い時から自分の体を大切に考えていただきたいと思っています。

信州医療センターで出産された方の声

近くにある安心感  
(Kさん・32歳)



現在アメリカ在住ですが、生まれ育った地元須坂に里帰りし、信州医療センターで出産しました。

妊娠・出産は、不安な事も多いですが、実家のすぐ近くにある安心感があり、家族にも頼ることができました。

また、先生方や助産師さんは皆さん優しく、親身になって丁寧の説明してくれました。入院生活でも特に困ることなく、出産後は小児科の先生に診察してもらえ、こちらで出産して本当に良かったです。



外来診療時間 月〜金曜日  
▼午前8時45分〜午後0時30分  
▼午後1時30分〜5時15分  
休診 土・日曜日、祝日、12月29日〜1月3日

# 周産期医療の現状 助産師の役割



県立信州医療センター  
助産師  
猪瀬紗都子さん

## ■助産師の仕事

助産師の仕事は、出産に立ち会う分娩介助のほか、妊婦・じよく婦（出産を終えたばかりの女性）、新生児の保健指導などのサポートを行うことが主な内容です。

信州医療センターには、現在18人の助産師が在籍していますが、そのうちの10人が「アドバンス助産師」(\*)の認証を受けています。

## ■地域で産み育てるメリット

出産や子育てを初めて経験する方はもちろん、経産婦の方でもさまざまな不安があります。特に出産直後のお母さんは、体調や生活のリズムを整えるのが難しく、生まれてきた子どもと上手に向き合えないケースなどもあります。核家族化が進み、地域との繋がりも希薄な時代に一人

で出産・子育てをすることは難しいことです。

そのような中で、母乳や育児に関する「産後ケア」(下段参照)では、さまざまな指導を行っています。また、退院前の集団指導で一緒になったお母さん同士で情報交換をしながら地域のネットワークが広がっていきます。居住する地域で出産することは、妊娠・出産から育児の相談まで一元的にできることも利点だと思います。

## ■地域へ繋ぐ役割

地域の産科医療の中で私たち助産師の重要な役割は、「お母さんたちが楽しく地域で育児することをサポートする」ことだと思っています。

そのために、お母さんたちを地域の中に繋げていくことや、安心感を与えられる存在でいられるような役割を担っていきたいと思います。



(\*)アドバンス助産師とは、助産師の助産実践能力習熟段階を認証する制度です。レベル3に認証されると、自律して助産ケアを提供できる助産師として公表できます。



# 産後ケア事業を「利用ください」

## ■産後ケア事業とは

出産後の育児やからだの回復に心配のあるお母さんと赤ちゃんが、信州医療センターや助産所で、授乳などに関するアドバイスを育児相談が受けられる事業です。

## ■利用できる方

- ① 須坂市に住所がある方で、次①〜④のいずれかにあてはまるお母さんと3か月未満のお子さん
- ② 出産後のからだの回復に不安がある方
- ③ 育児に不安がある方
- ④ 産後の経過に応じた休養などが必要な方

## ■ケアの内容

- ▼ 赤ちゃんのお風呂や育児の方法
- ▼ 乳房の手当(おっぱいケア) など
- ▼ 産後の健康相談

## ■利用できる施設など

- 【宿泊ケア】：1日7500円
- ▼ 信州医療センター
- ▼ 助産所(ほやほや(長野市)▼ひまわりレディースクリニック(4月から)利用限度 原則として7日間以内

【デイケア】：1日3000円

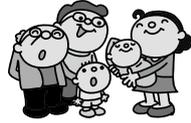
信州医療センター  
利用限度 7日間まで

※宿泊・デイケアともに継続して指導が必要な場合は7日を越えて利用できます。内容など詳しくは、健康づくり課へご連絡ください。

## ♥産後ケア事業を利用した方の声

(Nさん・30歳)

出産後すぐにはおっぱいがよく出ず、ミルクと混合にしていたので、おっぱいやミルクの量が足りているか不安でした。そんなときに助産師さんに勧めてもらい産後ケア事業を受けることにしました。



ケアは、おっぱいマッサージや授乳前後の哺乳量を測ってもらった内容で、おっぱいが足りていない分のミルクの追加量をアドバイスしてもらいました。

出産して退院した後、家に帰って気づくことやわからないことがたくさん出てきました。そういう疑問を聞いたり不安を和らげることができました。また、赤ちゃんをみてもらっている間に休むこともでき、心と体のリフレッシュにもなりました。利用して本当に良かったです。

# 地域でお産ができる医療機関の紹介 ひまわりレディースクリニック



ひまわりレディース  
クリニック 院長  
伊藤知英医師

## ■クリニックの紹介

当院は、平成23年、屋部町に開院した産婦人科のクリニックです。

患者さんとのコミュニケーションを大切にし、「納得のできる医療の提供」、「ためになる診療」を心掛けています。

楽しい妊娠生活を送っていただけるよう、家族で参加できる「ファミリークラス」の開催や、心と体のケアを目的とした「骨盤ケア教室」、「マタニティ・ベリーダンス」、「マタニティ・ヨガ」、出産後は、赤ちゃんとのコミュニケーションをとる目的で「ベビーマッサージ」などを定期的に行っています。

また、できるだけ希望するコースプランに沿ったお産ができるよう、スタッフ一同協力させていただいて



います。  
妊娠・出産に係わらず、健康に関することは、お気軽にご相談ください。

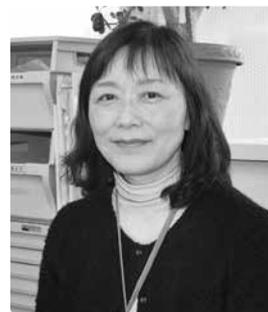
### 【診療時間】

▼午前9時～正午  
▼午後3時～6時

### 【休診】

▼水・土曜日午後  
▼日曜日、祝日、年末年始

## 安心安全な出産ができる地域のために私たちができること



須坂市健康づくり課長  
浅野草子

県内では、産科医師の不足により分娩を休止している医療機関もあり、身近にお産ができない地域もあります。

現在、須坂市には2カ所の分娩施設があり、身近な地域でお産ができる環境にあります。しかし、状況の変化により近くでお産ができなくなったときは、私たちの生活にどんな影響が起こるでしょうか。妊婦健診の通院やお産の時の移動時間が長くなることの心配や、里帰り出産もできなくなることなどが考えられます。今後もこの環境を維持していくために市民や医療関係者、行政などみんなで考える必要があります。

市では、安心して出産直後から育児がスタートできるように「産後ケア事業」や助産師・保健師の訪問による育児相談が受けられる「産前・産後サポート事業」を行っています。心配なことなど出産や子育てに関する相談は、妊娠・子育てなんでも相

### 医師の情報をお寄せください

全国的に医師不足が叫ばれる中、産科に限らず医師確保は地域医療にとって重要な課題です。

ご家族や親戚、知人など、県内に勤務していただける医師の情報がありましたら、健康づくり課まで情報をお寄せください。



談「おひさま」の専用電話(☎026-213-6400)もありますので活用してください。

安心安全なお産のためには、妊婦さんも定期的に健診を受けることや日常生活で食事や体力づくりなど健康管理が大切です。また、家族や職場など周囲の方も、妊婦さんや子育て家庭の状況を理解し温かく見守ることが、安心して子育てしやすい地域づくりに繋がることと思います。周産期医療に限らず、日頃からの健康管理として気軽に相談できる「かかりつけ医」や「かかりつけ薬局」を持つことが地域医療を守るために私たちにできることではないでしょうか。