

予定帝王切開術で出産する女性のための 出産準備教室プログラムの確立に向けた一考察

平田 恭子¹, 奥山 葉子¹, 宮下ルリ子², 有本 梨花³
平野 通子¹, 藤井ひろみ¹, 高田 昌代¹

¹神戸市看護大学、²県立広島大学、³元神戸市看護大学

キーワード：予定帝王切開術、出産準備教育、出産準備教室、助産師

A consideration of childbirth preparation classroom program of women who gave birth in a scheduled caesarean section

Kyoko HIRATA¹, Yoko OKUYAMA¹, Ruriko MIYASHITA², Rika ARIMOTO³
Michiko HIRANO¹, Hiromi FUJII¹, Masayo TAKADA¹

¹Kobe City College of Nursing、²Prefectural University of Hiroshima
³Former Kobe City College of Nursing

Key words: scheduled cesarean section, birth preparation education, birth preparation class, midwife

要 旨

本研究は、予定帝王切開術を受ける女性のための出産準備教室のプログラムを企画・実施し、実施直後と産後における参加者の評価から、プログラム内容を検討することを目的とした。

研究協力者は、妊婦とパートナーである。妊婦は妊娠経過に異常がなく、帝王切開術での出産が決定している、または可能性が高い者とし、プログラム実施直後と産後1ヶ月に無記名自記式質問紙調査を行った。研究協力者は、実施直後には女性7名、パートナー5名、産後は女性7名、パートナー3名であった。分析は、各プログラムの内容や満足度や役立ち度に関しては単純集計を、自由記載部分に関しては類似性のあるものを集約しまとめた。本クラスの目的を「予定帝王切開術で出産する女性とパートナーが自信と主体性をもって出産と育児に向けて心と身体の準備することができる」とした。プログラムは1回120分で、内容は妊娠中の話、帝王切開術の前中後の話、母乳育児の話、沐浴体験と、帝王切開術の体験者の話と参加者の交流であった。

プログラムの評価としては、おおむね高い評価を得られた。呼吸法や沐浴体験など、プログラム内容に「自分ができる」ことを入れたことで自信と主体性をもった出産と産後につなげていけることができたとと言える。帝王切開術の体験者から手術や処置を受ける体験自体だけでなく、その時の気持ちも合わせて体験談を直接聞くことは、女性らが帝王切開術を自身の出産として捉えることができ、自信と主体性を持った出産につながると考えられた。

また、参加者との交流で同じ思いを持っていると共感し合うことができ自分だけではないと感じており、体験談を聞くことや参加者との交流は重要なプログラムであることが分かった。しかし、参加者の交流に関しては、より自由に発言できたり、より長い時間の交流をしたりする要望があることが分かり、交流の場においても参加者の主体性が発揮できる設定が必要である。

I. 緒言

日本の出産数は、1996年の120万件から2011年の104万件と年々減少している。それにも関わらず、帝王切

開術での出産は、1996年の15万件から2011年の20万件と年々増加しており、実数のみならず帝王切開率をみても、1966年の12.6%から2011年には19.2%と増加している。増加の理由には出産年齢の高齢化が影響

表1 本クラスの目標と目標達成のためのプログラムの内容

目標	プログラムの内容
予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが自身の出産と育児につながる妊娠中の過ごし方について考えることができる	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中の栄養の話（旬の食材） ・母乳育児の話 （図：乳汁分泌のメカニズム） （実演：乳頭のオイルパックの方法の紹介）
予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが自身のお産について考えることができる	<ul style="list-style-type: none"> ・帝王切開術の術前・術中・術後の流れの説明 （図：術中に女性が見える景色や術前・術中・術後の流れ） （効果音：羊水吸引の音、児出生時の啼泣） （体験：術中の説明の中で児が出生した際に新生児の人形を女性に渡す） ・手術による痛みの状況と対処法の説明 （図：デルマトームやリード論） （体験：深呼吸によるリラクセス） ・体験談 ・参加者の交流
予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが疑問や不安を軽減することができる	<ul style="list-style-type: none"> ・体験談 ・参加者の交流 ・質疑応答
予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが児と過ごす暮らしについて考えることができる	<ul style="list-style-type: none"> ・現在の生活リズムを振り返り、児の出生後の生活を考えるワーク（図：24時間を円グラフにして生活を当てはめる） ・沐浴体験（デモンストレーションを示した後、参加者が体験する。体験者も巡回してもらい参加者にアドバイスしてもらった。）

している（竹内,2013）。つまり、現状では妊婦の5人に1人が帝王切開術により出産している（厚生労働省,2016）。

出産準備教室とは、妊婦が妊娠や出産の知識を取得し、自信と主体性を持って妊娠・出産に臨み、育児に適應するための心と身体の準備ができること（大田,2013）を目的としたものである。近年は、参加カップルが他の妊婦やカップルと交流し、仲間づくりができることを目的としている教室もある。こうした教室では、安産に向けての妊娠期の過ごし方や分娩経過とその時期の過ごし方の説明が行われ、参加者が自身のお産について考えたり、参加者同士の交流の時間などがある。しかしながらそこで説明される「分娩経過」は経陰分娩を前提としている。そのため、妊娠中から帝王切開術を受けることが決まっている女性は、出産準備教室の内容のすべてに共感できるとは言い難い。現在、帝王切開術に関する内容を出産準備教室の内容に入れている施設は、研究者らの関わる施設においても見当たらず、一方で予定帝王切開術を受ける女性のみを対象とした出産準備教室の開催を、予定帝王切開術を受けた女性の71.7%が希望している（平田,2016）。

そこで、本研究は、予定帝王切開術を受ける女性のための出産準備プログラムを企画・実施し、実施直後と産後における参加者の評価からプログラムの検討を

することを目的とした。

II. 研究方法

1. 本教室の内容とその根拠

(1) 本教室の目的・目標

本研究にて実施した出産準備教室（以降、本教室とする）の対象者は分娩様式が帝王切開術である、あるいはその可能性が高い女性である。帝王切開術を受ける女性は、妊娠中に、分娩の主体は医師という思いになる（國崎,2010）ということから、自身で出産するという思いになりにくい。

主体的な出産は、その後の主体的な育児につながる（竹原,2009）ことが分かっている。帝王切開術を受ける女性も主体的な育児期に向かうために、自分が産むという感覚を持つことが重要だが、妊娠中から上記のような思いに陥りがちであり、主体性を発揮できない状況にある。

そこで、本教室の目的を「予定帝王切開術を受ける女性とパートナーが妊娠や出産の知識を取得し、自信と主体性を持って妊娠・出産に臨み、育児に適應するための心と身体の準備ができること」とした。そして、4つの目標①「予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが自身の出産と育児につながる妊娠中の過

表2 本クラスのスケジュール

はじめのあいさつ	
妊娠中の話	20分
帝王切開術の話	25分
母乳育児の話	10分
休憩	10分
帝王切開術で出産した女性の体験談 参加者の交流	25分
沐浴体験	
おわりのあいさつ	30分
	計 120分

ごし方について考えることができる」、②「予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが自身のお産について考えることができる」、③「予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが疑問や不安を軽減することができる」、④「予定帝王切開術を受ける女性とそのパートナーが児と過ごす暮らしについて考えることができる」を設定し、前述の目的を達成することを目指した。

(2) 企画内容 (表1表2)

出産準備教室は、妊娠期間中に1度だけあるいは、時期を区切り2～3回程度開催する場合もある。本研究では実施可能性から、妊娠期間中に1度の開催とした。前述した目的達成のために、女性が自信と主体性をもって「自分ができる」プログラム内容を以下のように作成した。

目標①に関しては、妊娠中からの身体作りの1つとして栄養に関して、旬の食材の見分け方をクイズを踏まえての講義を企画した。予定帝王切開術を受けた初産婦は9割以上が何らかの出産準備教室を受講しており(平田,2016)、栄養に関して受講していることも念頭に置き、取り入れやすさを重視した内容にした。母乳育児に向け、母乳分泌のメカニズムと、術直後には直接授乳が困難でも、乳頭への刺激をする重要性の講義を企画した。乳頭の手入れに関しては、女性らの妊娠経過を詳細に把握できないため、乳頭マッサージによる子宮収縮を避け、乳頭のオイルパックの方法を実演を含めた講義を企画した。

目標②③に関しては、術前中後の流れを図で示したり、術中の女性の視界や出生直後の啼泣を効果音として使用する帝王切開術の流れの講義を企画した。児が出生した際には、夫婦ごとに赤ちゃん人形を渡し、抱いてもらうことや、手術中にできることとして深呼

吸をする体験を企画した。帝王切開術を受けた女性は、帝王切開術の体験談を聞くことに要望があり(平田,2017)、体験談を聞くことで疑問や不安の軽減につながることから、その場を設定し、体験者には帝王切開術が決まった時の気持ち、産後どのように過ごしたか、準備しておいたらよかったこと、知っておいたらよかったことなどを話してもらうように依頼した。交流には少人数でのバスセッションの形式が最適である(森,2017)ため、定員8組とした。帝王切開術体験者、ファシリテートを各2～3名とした。

目標④に関しては、24時間に区切った円グラフを用いて現在の生活を振り返り、産後の生活をイメージするワークを企画した。また、よりイメージができるように参加型の沐浴体験を企画した。

(3) 実施日・実施場所

2016年9月、2017年1月の各1日、午前・午後の2回、計4回を予定した。各回とも定員8組とし、実施場所は、B大学の実習室とした。

2. 研究参加者

1) 研究協力者

研究チームが企画した本教室に参加し、質問紙調査に同意した者を研究協力者とした。本教室に参加できる条件は、初産婦とそのパートナーである。妊婦は妊娠経過に異常がなく、帝王切開術での出産が決定している、または可能性が高いと医療者に言われている、または妊婦自身が自覚している者とした。妊娠週数、居住場所は、不問とした。

リクルートは、作成したチラシを、A市内のすべての病産院27施設とA市近隣の9つの病産院に郵送し、対象女性への配布を依頼した。配布方法は病産院に委任した。配布に同意できない場合には破棄してもらった。また、B大学近隣の4つの商業施設にポスターの掲示承諾後、掲示した。

2) 帝王切開術の体験談を語る女性

目標②③を達成するための内容として、帝王切開術の体験談を語ることでできる女性には、1回のセミナーで2名に参加してもらった。リクルート方法は、B大学内の子育て支援事業の場に、募集するポスター掲示とチラシを置き応募を待った。また、研究者や共同研究者の知人等に体験者がいた場合、直接依頼した。応募があった場合や該当者があった場合、事前に研究者が1度面談を行い、文書を用いて本教室の目的・概要・依頼内容などを伝えた。

表3 実施直後の質問紙内容

1. 参加の動機（帝王切開術の話を知りたい/体験談を知りたい）
2. 他のクラスの受講の有無とその内容
3. 本クラスで印象に残っているプログラムの選択
4. 沐浴体験の感想
5. 体験談を聞く機会の評価とその理由
6. 参加者との交流の機会の評価とその理由
7. 本クラスの満足度とその理由
8. 本クラスの実施を継続することへの意見とその理由
※ 4～7は、5段階のリッカート尺度、理由は自由記載

9月には、2名（骨盤位による予定帝王切開術の方1名、第1子の際に回旋異常にて緊急帝王切開術、第2子の際に予定帝王切開術の方1名）、1月にも2名（妊娠高血圧症候群のため緊急帝王切開術の方1名、第1子の際に早産での破水のため緊急帝王切開術、第2子、第3子の際に予定帝王切開術の方1名）の帝王切開術体験者に語ってもらった。

3) 本教室のプログラム実施者

本教室の実施には、現在帝王切開術を受ける女性のケアに携わっており、女性らの現状をより把握している臨床の助産師に協力を依頼した。本教室の企画・実施時には臨床の助産師を含め11名の助産師と1名の看護師が関わった。

3. 調査方法

1) 調査期間

調査期間は、2016年9月から2017年5月である。

2) データ収集方法

データ収集は、本教室実施直後（以降、実施直後とする）と研究協力者の出産予定日の約1ヶ月後（以降、産後とする）とした。

(1) 実施直後

本教室実施前に、参加と質問紙調査への協力依頼し、同意が得られた研究協力者には、本教室実施直後、無記名自記式質問紙（以下、質問紙という）を配布し、会場受付に設置した回収箱にて回収した。

(2) 産後

本教室実施後に産後の研究協力依頼を行い、同意が得られた研究協力者に、研究協力者の出産予定日の1ヶ月後に質問紙を郵送し、郵送にて回収した。

3) 調査内容

(1) 実施直後（表3）

調査内容は、背景として、本教室の参加の動機、他の出産準備教室の受講の有無とその内容を回答してもらった。プログラム評価は、本教室で印象に残ってい

表4 産後の質問紙内容

1. 分娩様式と出産週数
2. 帝王切開術の話が役立ったかとその理由
3. 妊娠中の話が役立ったかとその理由
4. 沐浴体験が、役に立ったかとその理由
5. 体験談を聞く機会の評価とその理由
6. 参加者との交流の機会の評価とその理由
7. 本クラスの満足度とその理由
8. 本クラスの継続実施への意見とその理由
※ 2～7は、5段階のリッカート尺度、理由は自由記載

るプログラムを複数回答で選択してもらった。さらに体験談を聞くこと、参加者との交流、本教室の満足度、本教室を継続して実施することの4項目に関しては、5段階リッカート尺度を用いた。それらの理由と沐浴体験の感想は自由記載で回答を求めた。

(2) 産後（表4）

産後の調査内容は、分娩様式と出産週数と実施直後に回答を求めた4項目と、帝王切開術の話、妊娠中の話、沐浴体験の役立ち度を調査した。役立ち度についても5段階リッカート尺度を用いた。それらの理由は自由記載で回答を求めた。

4. 分析方法

プログラム毎に内容や満足度や役立ち度に関しては、単純集計を行い、人数をみた。自由記載部分に関しては、類似性のあるものを集約してまとめた（表5・6・7・8）。

5. 倫理的配慮

本研究は、神戸市看護大学倫理委員会の承認（2015-1-44-2）を得て実施した。

Ⅲ. 結果

「」は選択肢の項目、『』は自由記載の中から類似性のあるものを集約し、各内容の代表例とした記述である。

1. 本教室の当日の実施内容

2016年9月は午前のみ、2017年1月は午後のみ実施した。実施内容は、企画案に則り、妊娠中の栄養の話、帝王切開術の話、帝王切開術の体験談、参加者との交流、沐浴体験であった。

2. 研究協力者の属性

参加者は、9月は3組、1月は2組と女性2名であった。実施直後は全員が、産後は女性7名全員、パートナーは3名が同意し、研究協力者とした。

表5 各質問項目の選択回答

実施直後：女性7名 パートナー：5名 産後：女性7名 パートナー3名

		とても良かった	良かった	どちらでもない	良くなかった	とても良くなかった	
実施直後	体験談	女性	7	0	0	0	
		パートナー	3	2	0	0	
	参加者との交流	女性	6	1	0	0	
		パートナー	1	4	0	0	
	満足度		とても満足	満足	どちらでもない	不満足	とても不満足
		女性	7	0	0	0	0
		パートナー	2	3	0	0	0
	クラスの継続		とても思う	思う	どちらでもない	思わない	全く思わない
		女性	7	0	0	0	0
		パートナー	2	3	0	0	0
産後	妊娠中の話	女性	2	4	1	0	0
		パートナー	1	2	0	0	0
	帝王切開の話	女性	5	2	0	0	0
		パートナー	2	1	0	0	0
	沐浴体験	女性	5	2	0	0	0
		パートナー	2	1	0	0	0
	体験談		とても良かった	良かった	どちらでもない	良くなかった	とても良くなかった
		女性	6	1	0	0	0
		パートナー	2	1	0	0	0
	参加者との交流	女性	2	2	2	1	0
パートナー		0	2	1	0	0	
満足度		とても満足	満足	どちらでもない	不満足	とても不満足	
	女性	7	0	0	0	0	
	パートナー	1	2	0	0	0	
クラスの継続		とても思う	思う	どちらでもない	思わない	全く思わない	
	女性	7	0	0	0	0	
	パートナー	2	1	0	0	0	

本教室の参加時の研究協力者（女性）の妊娠週数は、妊娠13週から妊娠33週であった（平均27.0週±6.66）。

帝王切開術を受けることが決定している、又は可能性が高い理由は、婦人科手術の既往が3名、高齢出産が2名、骨盤位による出産と脳血管疾患が各1名であった。

3. 研究協力者の評価：実施直後（表6）

研究協力者全員（女性7名、パートナー5名）から質問紙を回収した。全てを有効回答とした。

1) 参加の動機

女性は、7名全員が、「帝王切開術の話を知りたかった」、「体験談を知りたかった」を選択した。その他に、事前に心積もりをしておきたかったという回答があった。パートナーは、5名全員が「帝王切開術の話を知りたかった」を、2名が「体験談を知りたかった」を

選択していた。

2) 以前に受講した他の出産準備教室の有無と内容

本教室参加前には、女性7名中5名が他の出産準備教室を受講していた。内容は、「妊娠中の話」が5名中4名で一番多く、「母乳の話」「赤ちゃんの話」が5名中3名、「歯の健康の話」「沐浴体験」が5名中2名であった。「経膈分娩の話」「帝王切開術の話」は0名だった。

パートナーは、5名中1名のみが他の出産準備教室を受講していた。内容は、「妊娠中の話」「経膈分娩の話」のみだった。

3) 印象的だったプログラム

女性は、7名全員が「帝王切開術の話」「帝王切開術で出産した女性の体験談と交流」を選択し、次いで6名が「沐浴体験」、3名が「母乳育児の話」、2名が

表6 実施直後の各質問の自由記載内容

項目	女性7名		パートナー5名	
	選択肢	理由	選択肢	理由
体験談	とても良かった	<ul style="list-style-type: none"> 具体的な内容を聞くことができた。 実際の時の気持ちをあわせて聞くことができた。 自分の気持ちを代弁してくれるように感じた。 体験者でないと分からない痛みに関してや麻酔の効きに関して聞くことができた。 	とても良かった	<ul style="list-style-type: none"> 体験者の話は説得力が違う。 痛みの状態や痛みの続く期間を聞いて参考になった。
		<ul style="list-style-type: none"> 不安な部分が和らいだ。 	良かった	<ul style="list-style-type: none"> 不安な部分が和らいだ。
参加者との交流	とても良かった	<ul style="list-style-type: none"> 素直な気持ちを共有できた。 心強く感じた。 自分だけではないと思えた。 	とても良かった	<ul style="list-style-type: none"> 同じ不安、心境の人と存在を確認し合えた。
	良かった	<ul style="list-style-type: none"> もう少し参加者同士の交流もあってもよかった。 	良かった	<ul style="list-style-type: none"> 同じ境遇の人と話すことができ、気持ちが楽になった。 みんな共有の不安を持っていて安心した。
満足度	とても満足	<ul style="list-style-type: none"> 内容が盛りだくさんでよかった。 所要所で声かけも嬉しかった。 帝王切開に前向きになりました。 気持ちの余裕を持って出産にのぞもうと思えることができそう。 帝王切開の話だけでなく、栄養の話や母乳のこと、沐浴のこと、たくさん聞くことができた。 ちゃんとしたセミナーに参加できてよかった。 それぞれの家族に「おめでとうございます」と赤ちゃん（人形）が来た時とても感動した。 	とても満足	<ul style="list-style-type: none"> スタッフの対応は安心感があった。
		<ul style="list-style-type: none"> それぞれの家族に「おめでとうございます」と赤ちゃん（人形）が来た時とても感動した。 	満足	<ul style="list-style-type: none"> 丁寧に教えてもらえた。 事前に沐浴体験ができた。
本クラスの継続実施	とても思う	<ul style="list-style-type: none"> 気持ちの整理がつかない時に前向きになれた。 病院の母級学級では聞くことのできない話や体験者の話を聞くことができた。 話し合う場は絶対にあった方がいいと思う。 	とても思う	<ul style="list-style-type: none"> 不安感、孤独感がなくなると思う。
		<ul style="list-style-type: none"> 話し合う場は絶対にあった方がいいと思う。 	思う	<ul style="list-style-type: none"> 不安が少なくなると思う。

表7 実施直後の沐浴体験の感想

女性7名	パートナー5名
<ul style="list-style-type: none"> 夫が上手に丁寧に洗ってくれて安心した。 とても難しいと思った。 人形だが、赤ちゃんをととてもかわいく感じた。 	<ul style="list-style-type: none"> できる限り2人で行いたいと思った。 とても不安だった。 妻をしっかりサポートしていこうと思った。 隅々まで洗うのが大変だった。

「妊娠中の話」であった。

パートナーは、5名全員が「帝王切開術で出産した女性の体験談と交流」「沐浴体験」を選択し、次いで2名が「妊娠中の話」、1名が「帝王切開術の話」であった。

4) 沐浴体験の感想 (表7)

女性は、沐浴を『とても難しいと思(った)』い、パートナーも『とても不安だった』と実感し、『できる限り2人で行いたいと思(った)』ていた。

5) 帝王切開術で出産した女性の体験談の感想

帝王切開術の体験談については、女性7名中全員が

「とても良かった」を選択し、『体験者でないと分からない痛みに関してや麻酔の効きに関して聞くことができた』、『自分の気持ちを代弁してくれた』、『実際の時の気持ちも合わせて聞くことができた』と理由にあった。

パートナーは、5名中3名が「とても良かった」を、他は「良かった」を選択した。「とても良かった」理由には、『体験者の話には説得力が違う』、『痛みの状況や痛みの続く期間を聞いて参考になった』とあった。

6) 参加者との交流の感想

参加者との交流については、女性は、7名中6名が

表 8 産後の各質問の自由記載内容

項目	女性 7 名		パートナー 3 名	
	選択肢	理由	選択肢	理由
妊娠中の話	とても役立った	・栄養やバランスの話、産後の生活の話等実践できた。	とても役立った	
	役に立った	・食生活の大切さを実感した。		
	どちらでもない		役立った	・妊娠中の変さが少し勉強出来た。
帝王切開術の話	とても役立った	・詳しく知れて心がまえができてよかった。 ・手術に見通しを持って臨めた。 ・深呼吸を実践して、痛みを感じる事がなかった。	とても役立った	・知識を得ることができた。 ・心に余裕を持って手術に臨めた。
	役に立った	・気持ちのゆとり（準備）をもって臨めた。 ・不安がやわらいだ。	役立った	・帝王切開のことを理解できた。
沐浴体験	とても役立った	・生まれる前に沐浴を知っておけてよかった。 ・実際体験できたのがよかった。 ・実践につながった。 ・夫に、経験してもらえることができ、できる時は率先してやってもらおうできている。	とても役立った	・退院後直ぐにすぐ実行することができた。
	役に立った	・スムーズにできました。 ・病院でも沐浴体験はさせてくれますが、軽くしか教えてくれない所もあるので、事前に体験できてよかった。	役立った	・不安がやわらいだ。
体験談	とても良かった	・不安が軽減された。 ・体験者の素直な気持ちに共感し、自分の気持ちも整理できた。 ・安心感をもてた。 ・不安が解消できた。 ・経産分娩できないという罪悪感が軽減された。	とても良かった	・不安が軽減された。 ・妻を励ます際に参考となった。
	良かった	・もう少し最近（5年以内）に出産された方がより詳しく当時の話を聞けると思った。	良かった	・どのような事に不安を感じられたか理解できた。
参加者との交流	とても良かった	・素直な気持ちを含めて共感し合えた。 ・自分の気持ちを整理できた。 ・自分だけではないと安心できた。	良かった	・フリーディスカッションの時間があれば、よかった。 ・不安な気持ちがやわらいだ。
	良かった	・同じ帝王切開ということで親近感ももてた。 ・同じ悩みを共感できた。		
	どちらでもない	・参加者ともう少し話したかった。		
	良くなかった	・交流する聞ける機会はなかった。	どちらでもない	
満足度	とても満足	・充実した内容で分かりやすく、安心して実践できた。 ・帝王切開に対する不安が軽くなった。 ・先輩お母さんの話も聞け、自分の話も聞いてもらった。 ・自信を持って手術に向かえた。 ・沐浴体験や妊娠中の生活のこと内容も充実していた。	満足	・帝王切開体験の方、これから体験する方々と時間を共有することで「どうして私だけ・・・」という気持ちから解放された様な気がする。 ・知らない事を事前に知る事が出来た。
本クラスの継続実施	とても思う	・帝王切開の勉強会を行っているところがない。 ・身近で体験した人がいても、具体的には聞き辛い。 ・不安の軽減になった。 ・悩みを共有することができた。	とても思う	・気持ちを共有できた。
			思う	・気持ちを落ち着かせることができた。

「とても良かった」を、他1名は「良かった」を選択した。「とても良かった」理由には、お互いの『素直な気持ちを共有できた』り『自分だけではないと思えた』りしたことであった。「良かった」理由には、『もう少し参加者同士の交流があってもよかった』とあった。

パートナーは、5名中4名が「良かった」を、他1名は「とても良かった」を選択した。「良かった」理由は、『みんな共通の不安を持っていて安心した』ことがあった。「とても良かった」理由には、『同じ不安、心境の人と存在を確認し合えた』ことであった。

7) 本教室の満足度

本教室の満足度は、女性7名全員が「とても満足」を選択していた。理由には、『帝王切開の話だけでなく、栄養の話や母乳のこと、沐浴のこと、たくさん聞くことができた』ことであった。

パートナーは、5名中3名が「満足」を、他2名は「とても満足」を選択した。

8) 本教室の継続実施に対する意見

本教室の継続実施に対して女性は、7名全員が「とても思う」を選択した。理由は、『話し合う場が絶対あったらいいと思う』からであった。

パートナーは、5名中3名が「思う」を、他2名は「とても思う」を選択した。「思う」理由には、『不安が少なくなると思う』からとあった。

4. 研究協力者の評価：産後（表8）

研究協力者全員（女性7名、パートナー3名）から質問紙を回収した。全て有効回答であった。

1) 実際の分娩様式と週数

妊婦の分娩様式は、7名中4名が、妊娠36～38週（平均37週）で予定帝王切開術にて出産した。他3名は妊娠40週～41週（平均40.3週）で経陰分娩により出産した。

2) 妊娠中の話は役立ったか

妊娠中の話は役立ったかについて女性は、7名中4名が「役立った」を、7名中2名が「とても役立った」を、残りは「どちらでもない」を選択した。「とても役立った」理由には、『栄養やバランスの話、産後の生活の話等実践できた』ことであるとあった。

パートナーは、3名中2名が「役立った」を、他1名は「とても役立った」を選択した。

3) 帝王切開術の話は役立ったか

帝王切開術の話は役立ったかについて女性は、7名

中5名が「とても役立った」を、他2名は「役立った」を選択した。「とても役立った」理由には、『手術に見通しを持って臨めた』、実際に『深呼吸をすることで痛みを感じる事がなかった』とあった。

パートナーは、3名中2名が「とても役立った」を、他1名は「役立った」を選択した。

4) 沐浴体験は役立ったか

沐浴体験は女性もパートナーも、実際に体験することで『実践につながった』としていた。

5) 帝王切開術で出産した女性の体験談

帝王切開術で出産した女性の体験談について女性は、7名中6名が「とても良かった」を、他1名は「良かった」を選択した。「とても良かった」理由は、『体験者の素直な気持ちに共感し、自分の気持ちも整理できた』、『不安が解消できた』ことであった。

パートナーは、3名中2名が「とても良かった」を、他1名は「良かった」を選択した。「良かった」理由には、『体験者がどのようなことに不安を感じているか理解できたこと』であった。

6) 参加者との交流

参加者との交流について女性は、7名中2名が「とても良かった」「良かった」「どちらでもない」を選択した。他1名は「良くなかった」を選択した。「とても良かった」「良かった」を選択した理由は、「お互い不安を打ち明けることで同じ不安を持っていると分かり、自分だけではないと安心できた』ことがあった。「どちらでもない」「良くなかった」を選択した理由には、『話を聞ける機会はなかった』からであった。

パートナーは、3名中2名が「良かった」を、他1名は「どちらでもない」を選択した。理由には、『フリーディスカッションの時間があれば、よかった』があった。

7) 本教室の満足度

本教室の満足度について女性は、7名全員が「とても満足」を選択した。理由は、『体験談も聞け、自分の話も聞いてもらえた』こと、『自信を持って手術に向かえた』があった。

パートナーは、3名全員が「満足」を選択していた。

8) 本教室の継続実施に対する意見

本教室の継続実施に対して女性は、7名全員が「とても思う」を選択した。理由は、『悩みの共有ができたこと』があった。

パートナーは、3名中2名が「とても思う」を、他1

名は「思う」を選択した。「とても思う」理由は、『気持ち共有できた』ことがあった。

IV. 考察

1. 実施直後の評価からみたプログラム内容の検討

1) 出産と育児につながる妊娠期の過ごし方に関わるプログラム内容の検討

本教室受講以前に、女性の7名中5名が他の出産準備教室において「母乳育児の話」や「妊娠中の話」を聞いていた。それにも関わらず、実施直後には「母乳育児の話」を7名中3名が、「妊娠中の話」を7名中2名が印象に残ったプログラムに挙げていた。以前に受講した詳細は分からないが、今回の「母乳育児の話」は、産後の授乳自体の話ではなく、それにつながる自分できることに着目した内容として企画しており、「妊娠中の話」の内容として妊娠期の今からできる食材の選び方を含めた。

以上から、本教室の中で食事と母乳に関するプログラム内容は、女性やパートナーにとって妊娠中の過ごし方について考えるきっかけになりやすく、妊娠期から自分でできることを知る、ということのニーズがあることが、示唆された。

2) 自身のお産について考え、疑問・不安を軽減することができるプログラム内容についての検討

本プログラムに参加した女性たちは、参加動機を持った時点でも、体験談を聞く要望をもっており、プログラムを通じて実際に体験談を聞いたことを高く評価もしていた。このように、本プログラムに、自身のお産について考え、疑問・不安の軽減に目標を置き、手術の流れや痛みへの対処法、体験談などの内容を組み入れたのは、女性の期待に添っていたと言える。

女性たちの評価の理由として、『自分の気持ちを代弁してくれた』、『実際の気持ちも合わせて聞くことができた』が挙げられていた。そのことは、参加者間に、同じ気持ちを共有し共感が生まれていたと考える。帝王切開術を受けた後に起こり得る状況を知ると共に、その際の気持ちの部分までも合わせて聞けることで、参加者にとって将来の自分のお産と重ねることにつながったのではないかと考える。術後の痛みに関しても、事前に知りたいという要望がある(平田,2016)ことが分かっている。麻酔の効き方や痛みへの対処法などを講義したが、『体験者でない分からない痛み

の話や麻酔の効きに関して聞く事ができた』ことがよかったという感想から、知識そのものに加え実際の帝王切開術の体験者から直接聞くことの参加者にとっての重要性がうかがえた。また、出産について説明するプログラムでは、『それぞれの家族に「おめでとうございませう」と赤ちゃん(人形)が来た時、とても感動した』という女性の意見もあり、より自身のお産として捉えることができたと思われる。参加者との交流に関しても、体験談と同じく、プログラム参加前から要望があり、実施直後も全員が高い評価をしていたものであった。出産準備教室が知識の習得だけでなく、妊婦同士が共感できることは、不安の軽減につながる効果も期待できる(三浦,2004)。以上から、帝王切開術予定の参加者同士が共感し交流する場合は、本教室には重要な内容であることが、確認できた。

また、パートナーは本教室の参加動機として帝王切開術の話を知ることを全員が選択していたが、体験談を聞くことを選択していた者は5名中2名であった。帝王切開術の話ほど、体験談を聞くことには興味が無いように思われたが、実施直後の印象深かったプログラムには、体験談を聞くことを全員が選択するという変化が見られた。『体験者の話には説得力がある』、『痛みの状況や痛みの期間が参考になった』からという理由であった。新道(1999)ら多くの研究者が「母性よりも父性の発展の度合いは低い」(p.123)と指摘しており、特に帝王切開術に関しての情報が少ないであろうパートナーにとって、本教室の内容は妻が帝王切開術を受けることを現実的に捉える機会になったと思われる。本教室においても、帝王切開術を受ける女性のパートナーがともに参加する意義は大きいと思われた。

また、参加者との交流に関しても、高い評価をしており、その理由には『みんな共通の不安をもって安心した』ことを挙げていた。先行研究では、少人数の出産準備教室に参加したパートナーは、自分だけが不安に思っているのではないと感じ、仲間との共有により安心感がもたらされ、自信をつけていくことが明らかにされている(永森,2005)。本教室の規模と内容は、パートナーにとって同様の効果を発揮したと思われる。

3) 児と過ごす暮らしについて考えるためのプログラム内容の検討

児の出生後の生活のイメージをするプログラム内容

は、パートナーが、女性をサポートすることについて考えることにつながり、沐浴体験については、女性では7名中6名、パートナーにおいては5名全員が、印象に残っているプログラムとして挙げていた。特にパートナーは、『隅々まで洗うのが大変だった』と沐浴を具体的に感じ、産後の沐浴を『できる限り2人でやりたい』とイメージすることにつながっていたと思われる。以上から、児と過ごす暮らしについて考えるためのプログラム内容は、参加した女性はもちろんだが、女性以上にパートナーにとって重要であったという評価を示していると考えられる。

2. 産後の評価から得られる予定帝王切開術を受ける女性のための出産準備教室プログラムの検討

女性とパートナーの産後の評価から、本プログラムの目的である「女性とパートナーが自信と主体性をもって妊娠・出産に臨み育児に適應するための心と身体の準備ができる」ためのプログラム内容であったか検討を行う。

妊娠中の話、帝王切開術の話、沐浴体験の役立ち度に関しては、どれにおいても女性もパートナーも高い評価であった。妊娠中の話に関しては、栄養に関する説明をしたが、産後の生活に取り入れることができたことを理由に挙げていた。帝王切開術の話に関しては、『手術に見通しを持って臨めた』、『深呼吸法を実践して痛みを感じる事がなかった』ということを経験した理由に『自信を持って手術に向かえた』ことを挙げていた。佐々木(2002)は、自然分娩においては「自分で呼吸法を実施し、自分で産んだという達成感が満足する出産につながっている」(p.214)と述べている。帝王切開術では手術を「受ける」側面が大きいが、その中でも女性が分娩期や産褥期すなわち手術前後に、妊娠中に知った知識をもとに自ら実践できたことは、女性が自信と主体性をもって出産に臨む姿勢の表れであると考えられる。

「沐浴体験」に関しても、実践につながりスムーズにできたということを経験したことから、出産準備教室の内容には、産後にも実践できるということまでの講義や演習が、女性の主体的が発揮されるためには重要であると考えられる。

参加者との交流に対する産後の評価に関しては、女性において、直後の評価よりも下がっており、その理由に、『(他の妊婦らの)話を聞ける機会がなかった』

ことを挙げていた。パートナーにおいては高い評価をしていたが『フリーディスカッションの時間があれば、よかった』という意見もあった。以上から、参加者との交流では、より自由に発言できる雰囲気配慮したり、より長めの時間を設定するなど参加者同士が主体的に話し合える機会となるようにすることが、女性とパートナーが主体性をもつという点からも、必要であったと考える。

講義による知識の伝達ではなく、仲間と交流してお互いの体験を分かち合うことで、女性たちは、より具体的で実質的な情報を選択し、自分たちのものとしていくことができる(毛利,2002)。本研究でもただ1回の出産準備教室であっても、体験談を聞いたり、話を聞いてもらうことで、女性たちが他の女性の経験を自分のものとして取り入れていったことがうかがえた。帝王切開術を受ける女性にとっても、現実の他の女性との交流が、毛利(2002)のいう妊娠、出産、育児を「自分のものとしていく」ことにつながり、自信と主体性をもった出産につながったと考える。

以上から、帝王切開術を受ける女性を対象にした出産準備教室では、女性が自信と主体性をもって妊娠・出産に臨み育児に適應するための心と身体の準備という目的を達成は、呼吸法や沐浴体験などの「自分でできる」ことにつながる講義や演習を実施することと、帝王切開術を受けた女性や帝王切開術を受ける他の妊婦との交流を通じてなされることが示唆された。

帝王切開術を受ける女性たちには、出産準備教室の開催や帝王切開術を受けた女性の体験談を聞くことや同じ境遇の女性と交流する要望が高い(平田,2016)。以上の考察を踏まえて、今後本研究で企画実施したような教室プログラムは、参加者同士の交流の場では、より自由に発言できる雰囲気に配慮したり、より長めの時間を設定するなどの改善をしながら、開催を継続していく必要性が確認できたと考える。

3. 本研究の限界と課題

産後において参加者同士の交流への更なる要望があった。そのために、どのような交流の場を設けることがこうした要望を満たすのか、プログラムの精錬が必要である。今回、参加者が少なかったが、病産院においては、対象人数が少ないという理由で実施が困難な状態である(平田,2017)ことから、帝王切開術を実施している病産院の意見も取り入れた上で、地域での出産準備教室の設定に関して今後も検討していくこ

とが研究課題である。

本教室の参加者は、帝王切開術を受ける、あるいは帝王切開術を受ける可能性のある女性とそのパートナーであった。ピアカウンセリングの有効性から考えると、帝王切開術を受ける女性のみのお産準備教室の方が適切であることも考えられる。しかし、帝王切開術に特化したお産準備教室が無く、一般のお産準備教室では経産分娩の話が中心となっていることから、女性たちは帝王切開術に関連した話や体験談を聞くこと、交流の機会はない。それは、帝王切開術を受ける可能性の高い女性も含んでいる。具体的には、高齢妊婦や骨盤位の妊婦などである。こうした女性たちのお産準備についても、今後の研究課題であると考えている。

V. 結論

帝王切開術を受ける女性とパートナーのためのお産準備教室においては、女性とパートナーが自信と主体性を持ってお産と育児に向けて心と身体のお産準備することを目的に、「自分でできる」プログラム内容への評価が高かった。また、帝王切開術の体験者から手術や処置を受ける体験自体だけでなく、その時の気持ちも合わせて体験談を直接聞くことは、女性らが帝王切開術を自身のお産として捉えることができ、主体性を持ったお産につながると考えられ、体験談を聞くことの重要性が分かった。

本研究は、平成28年度神戸市看護大学一般共同研究助成を得て行った。本研究に申告すべき利益相反はない。

VI. 引用文献

平田恭子,有本梨花,奥山葉子他 (2016). 予定帝王切開分娩でお産した女性たちが受けたお産準備教育の実態. 神戸市看護大学紀要,20,43-51.

平田恭子,有本梨花,宮下ルリ子他 (2017). A市の病院における予定帝王切開術でお産する女性のためのお産準備教育の実態. 神戸市看護大学紀要,21,61-68.

厚生労働省 (2016). 平成25年わが国の保健統計(業務・加工統計)医療施設の動向. 検索月日2016年9月27日, http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/130-25_2.pdf

國崎絢子,渡辺久子,平添まどか他 (2010). 帝王切開分娩に対する思い・希望に関する調査—初回帝王切開患者と前回帝王切開患者を比較して—. 日本看護学会論文集:母性看護,41,100-103.

三浦香奈子,田上晶子 (2004). 妊婦が求める母親学級への改善に向けて. 日本看護学会論文集(母性看護),35,12-14.

森明子 (2017). 助産学講座5 助産診断・技術学Ⅰ第2章教育技術,医学書院,68

毛利多恵子 (2002). お産準備教育の変遷といま求められること:お産の変化とお産準備教育の流れ. ペリネイタルケア,21 (7),522-555.

永森久美子,堀内成子,伊藤和弘 (2005). 少人数参加型のお産準備教室に参加した男性の父親になっていく体験. 日本助産学会誌,19 (20),28-38.

大田えりか (2013). 助産学講座6助産診断・技術学Ⅱ[妊娠期], 親になる準備へのケア, 医学書院,267.

佐々木美喜,村上明美 (2002). 「参加型」母親学級受講者の学び:分娩体験の振り返りから. 母性衛生,43 (3),214.

新道幸恵,和田サヨ子 (1999). 母性の心理社会的側面と看護ケア. 医学書院,123.

竹原健二,野口真貴子,嶋根卓也 (2009). 豊かなお産体験がその後の女性の育児に及ぼす心理的な影響. 日本公衆衛生学会誌,56 (5),312-321.

竹内正人 (2013). 帝王切開のすべて. ペリネイタルケア2013年新春増刊.MCメディカ出版,10-13.

