

まえがき

私は鍼灸師歴25年。2002年に北海道函館市で開業した女性専門鍼灸院は、2022年4月に開業20周年を迎えました。

私には、3人の息子がいます。しかし、手元で育てているのは、次男と三男です。長男は、生後2時間で亡くしました。

長男の妊娠21週、妊娠6カ月で「ポッター症候群」という胎児の腎臓形成不全がわかり、おしっこができない子ということがわかりました。当時、31歳、初産の母（2005年）。2002年に女性専門の鍼灸とアロマの融合治療サロンを開業し3年目。少し産婦人科領域に触れる機会はありましたが、ほぼ知識がなく私にとって初めて聞く言葉でした。産科の現場では、生まれ出ても生きていけない子を妊娠していても……ということを伝えられ、墮胎（人工死産）を勧められました。しかし、夫は調べに調べ、また「初めて授かりたくて授かった子、

あきらめきれない。俺と理恵子の子だよ。生まれる頃までに治療法が見つかるかもしれないし、俺たちの子だ！ 奇跡を獲得して、なんだ、なんともなかったじゃないかということが起こるかもしれない。信じてあげたいんだ」と言ってくれました。夫から『胎内記憶』というものがあると聞く。とにかくお腹にいる赤ちゃんにこのお父さんお母さんといっせて幸せだね、楽しいね、という記憶をまずはプレゼントしてあげたい」と、そこからポジティブな妊婦生活を過ごすことにしました。

しかし、シビアに伝えられる毎週の産科での診察とカンファレンスでは、「羊水（※1）が少ないことで臍帯を赤ちゃん自身が圧迫し死産になる可能性がある」「羊水が少ないことで肺が育たない」「臍の緒でつながっているうちは赤ちゃんは生きているが生まれ出た途端、自発呼吸ができずに亡くなる」「羊水が少ないことで早めの週数で陣痛がくる」「治療法はない」。その反面で「産声をあげたら戸籍に登録はできる」というものでした。

（※1）羊水…母体子宮内にある胎児が包まれる羊膜の中の水。胎盤を通じ母体の肝臓腎臓で血液を濾過し、

胎児に戻ってきた血液はきれいで、羊水内で無菌の尿をし、それを胎児は飲み吐くことで、胎児の肺胞が育ち、胃腸管が育つと言われています。

そのとおり、34週5日（妊娠9カ月後半）で自然に陣痛がきました。ほんの少しおしっこができたようで、肺は脆弱ながら育ったようで産声をあげてくれました。しかし、その産声をあげたことで脆弱な肺胞が破れ気胸を起こし、亡くなりました。出生届と死亡届の両方を役所に提出し、戸籍に長男は入っています。

その経験から、1年は開業していた鍼灸院も閉め、引きこもりの経験もしました。

このままではいけない。急に思い立ち、産後1年で助産院のお産の現場で鍼灸を行う師匠の門戸を叩きました。半年（2006年7月～2007年1月）寝食を共にさせていただき、多くの逆子灸回転の経験、30例程度のお産の現場に立ち会い陣痛をうまくのらせる鍼灸の経験も多くさせていただきました。

半年の研鑽の後、亡き長男のお墓がある函館に夫と戻り、再開業（2007年）。すると産科のほうだけでなく、婦人科（不妊）のほうもご相談の来院があるのです。

夫と相談し、今度は2人で再度上京。私は東京近郊の不妊不育鍼灸専門院に勤務をさせていただき2年半（2009年1月～2011年6月）、研鑽を積みました。

2011年3月の東日本大震災を埼玉県さいたま市（大宮）で経験。あの震災によって、家族の大切さを感じた方は私以外にも多くいらっしやっただかと思えます。震災をきっかけに2011年6月に長男のお墓がある函館に再び戻り、2011年9月に再開業しました。

開けたり閉じたり学んだり、患者さんにはたいへんご迷惑をおかけしました。そこは責任を持つということ、1年はしっかり院業務を実施し、2012年9月に次男が生まれました。

当時38歳。肥満から妊娠し、妊娠初期から妊娠高血圧症候群を示唆されたのですが、医師は優しく「きつと長男君を亡くしているから産科に来ると緊張して血圧が上がるんだよ。白衣性

高血圧症だよ」とお声をかけてくれました。

しかし、妊娠38週（臨月3週目）検診帰宅後、頭痛が起こってきました。血圧が上がってきってしまったのです。妊婦さんは血圧が上がると、子癇発作（母体が痙攣発作を起こし、母子ともに低酸素になる）、胎盤常位剥離（まだ赤ちゃんが生まれていないのに胎盤が剥がれ、生まれていないのに胎児の死亡の可能性）、母体の脳出血、脳梗塞出現の可能性があります。入院し、陣痛誘発開始。しかし、陣痛が本格的になると、母体の内圧が上がりますので、もっと血圧が上がります。すると、陣痛でお腹が痛いより、私は頭が割れるほどに痛くなってしまいました。もういきむことはできませんでした。

お産に立ち会っていた夫も「茹で蛸のように赤くなり陣痛によるお腹の痛みよりも頭が痛い」と言う奥さんを目の前にして、たとえ帝王切開に切り替えて無事子どもが生まれても、うちの奥さん死んじゃうのかな？」とたいへんな危機感を持ったと産後に語ってくれました。

医師、助産師さんの必死さも伝わってきました。第1子（長男）を亡くし、第2子（次男）出産で、母体と胎児の命も危ない状態。母体も無事に、赤ちゃんも無事に生まれ育児をしてもらうんだ！ 医師と助産師さんの手立てによって無事赤ちゃんが経膈で生まれ、母の私の命と体も無事でありました。次男が無事生まれたときの夫の号泣も忘れられません。

もう1人無事妊娠出産をしたい。次男も兄弟と共に育って生きてほしい。

次男の産後1年でまた一念発起。糖質制限、ケトジェニックダイエット（脂質代謝で減量）を実施し、4カ月で17kg減量することができ、標準体型となりました。

そして、三男を41歳で妊娠出産。妊娠中、血圧は上がることはなく、体重も増えて7kg増量。しかし、41歳の母体は動脈硬化が進んでおり、分娩時はまた血圧が200以上となりました。頭痛はまったくありませんでしたが、医師と助産師さんの手立てによって経膈で無事産むことができました。

私は、もう20年近く産婦人科領域の鍼灸師として活動しています。2000例以上の妊娠の成立に妊活鍼灸で関わっています。妊活・不妊・不育の方々はもれなく高齢妊娠出産育児される方々です。

そんな方々に「命がけて妊娠出産してはならない」「高齢妊娠出産たるもの、子が成人するまで病気にせず、健康で、元気に長生きせねばならない。そういう責任がある」とお伝えしています。

私の50年の人生のなかで小学4年生の肥満児検診を皮切りに、20kg単位で太ったり痩せたりをもう6回も繰り返しています。そんなことをしては、やはり、いけません!!

今回この書籍で妊活・妊婦・産後のお母さんに役立つ内容を記し、お伝えしたいと考え、筆を執りました。まずは、妊活時代から、しっかりその取り組みをしていただきたいと思います。まず、

アラフォー妊活さんを遠回りさせない！

妊活栄養鍼灸チア協会 代表理事 畑瀬 理恵子