

HELLO MaBy CLUB

VOL. 35 2005. 4



T O P I X

sato clinic

バースプラン

「バースプラン」という言葉を、はじめて耳にする方も多いかと思います。「バースプラン」というのは、簡単に言うと、自分らしいお産をするための計画書のようなものです。

最近、ご出産にのぞまれる方の意識は、「クリニックにお任せの、安全に産ませてもらうお産」から、「自分で選んだ施設・環境で自ら産むお産」へと変化してきています。お産をするあなた自身が、どのようなお産をしたいか具体的に計画を立て、私たちクリニック側に希望を伝える。そして、そのご希望が実現可能か、どうすればあなたの希望がかなう、満足のいくご出産をしていただけるかを一緒に考え、計画する。それがバースプランなのです。

とはいえ、「お産に対する希望を教えてください」と唐突に言われても、何をどのように書いていいのかわからない人は少なくありません。はじめての妊娠、出産であれば、何もわからなくて当然ですから、最初は何を質問していいかわからないことは多いものです。

そのため、佐藤クリニックでは現在「バースプラン」を考えていただくための手引きを作成しています。まもなく完成予定ですが、今回はそれに先行する形で紹介し、皆さまのお産の計画を立てるきっかけになればいいと思います。

一生に数回しか遭遇しないだろう「出産」という出来事を、自分らしく、納得できる、そしてできれば満足感が得ら

れる体験にするために、ご自分の出産スタイルを自分で考え、前向きに取り組んでいただきたいと思います。

●よくあるご意見

「バースプラン」としてではなくても、今までにも皆さまからさまざまな意見や要望が出されてきました。多く聞かれる意見としては、夫の立ち会いがしたい、母乳をあげたい、母子同室にしてほしいなど、会陰切開をしないでほしい、溶ける糸で縫合してほしい、陣痛促進剤は

使わないでほしい、赤ちゃんが生まれたらすぐに連れて行ってしまわずに抱かせてほしいという希望もあります。中には、前回帝王切開だったので、今回はできれば自然に下から産みたいなどの希望もあります。こうした要望に対しては、帝王切開後の経膈分娩の利点と危険性を説明して、その後の方針を検討します。

この様な要望が「バースプラン」なのです。私たちはできるかぎり意向に沿うようにしていますが、そのときの状況などによっては、受け入れられないこともあります。そうしたときにこそ、あらかじめ「バースプラン」を元に話しあって確認することができます。「バースプラン」は医療スタッフに希望を伝えるだけでなく、さらに互に了解するためのものであるわけです。

●どんな出産の方法があるのか…私たちの考え

私たちも今までさまざまなご要望を聞いてきましたので、



その経験を元に、この様にすれば多くの皆さまにご満足いただけるのではないかと私たちが考える方法で、現在お産の時、サポートしています。

たとえばお産の時のご主人様の立ち会いについては、ご希望があれば無条件にOKですし、あらかじめご希望を伺ってなくてもご主人が陣痛時に付き添っている場合には、私たちから立ち会いをお勧めしています。

会陰切開についても、そのまま自然に分娩が進行すれば会陰裂傷が避けられないと判断したときのみ、それをご説明しご同意をいただいた上で会陰切開を行っていますし、また、縫合は連続埋没縫合で、溶けて吸収される糸を使用していますので、抜糸の必要はありません。

この様に、現在私たちが行っている方法や、お産に関しての私たちの考え方を皆さまにお知らせし、それを参考にして、その上で改めて皆さま自身で自分の「バースプラン」を考えていただければ考えやすいのではないのでしょうか。現在制作中のバースプランのための手引きは現在の私たちの方法を詳しく説明しています。

●まず、頭の中を整理してみる

「バースプラン」を書く目的は、要望を伝えるという意味もありますが、もうひとつ大きな意味合いが含まれています。それは「バースプラン」を書くことによって、あなた自身が、自分はどのようなお産を望んでいるのか、頭の中で整理することができるということです。

漠然と「こんなお産がしたいなあ」と思っている、それをうまく言葉にすることができなければ、相手に伝えることも質問することもできません。言葉にして、書き出してみることによって、頭の中が整理され、自分から積極的にお産にかかわっていくという気持ちが生まれてきます。

一方、私たちも皆さまのご希望を知ることによって、より一人一人に適したサービスを行うことができます。

●お産への前向きな気持ちが満足感につながる

もちろん「バースプラン」を書いたからといって、安産になるというわけではないのですが、ただ「バースプラン」を書いた人のほうが、自分でお産に前向きに取り組んだという気持ちをもっているからでしょう、お産に満足される方が多いようです。

どんなお産であったにせよ、自分のお産について振り返ったり感想を言ったりして、産んだあとに気持ちの上で整理できた人と、そうでない人とは、お産への満足度は違ってくると思います。お産に満足されることは、その後の育児にも関わってくることです。

また、とくに文書にして「バースプラン」を提出しなくても、検診の際やマザーズクラスなどで、医師やスタッフに要望を伝えることは可能ですし、それもまた形は違いますが立派な「バースプラン」になると思います。

最後になりましたが、バースプランを提出されない方へのサポートにも何ら変わりはありません。私たちがその方にとってもっとも適している判断した方法でサポートさせていただきますので、どうぞご安心ください。



健康 & キレイ

マクロビオティック

「マクロビオティック」とは、ギリシャ語のmacro（大いなる）bio（生命の）biotic（生活法）を語源とした言葉です。日本ではまだ馴染みの少ない言葉ですが、海外ではマドンナやトム・クルーズなどの著名人をはじめ約200万もの人々が実践している食事法です。そして実は、「その土地のもの」「その季節のもの」「その食物全体」を食べるといふ、日本に昔から伝わる食事スタイルと言えます。

佐藤クリニックでも昨年から「身体の中からきれい」

をめざして、玄米食のメニューを取り入れ始めました。ピラフ、オムライス、グラタンなどの洋食や、ちらし寿司などのメニューです。今では皆様に少しずつ慣れていただきつつあるなあと感じています。

家庭でも、時には玄米を主食として、根菜類・大豆類・ごま・海藻・乾物などを取り入れたマクロビ感覚な食事を楽しんでみて

はいかがでしょう。今、様々な食べ物があふれている時代だからこそ。「体に優しい食」を少しでも意識できるといいですね。



院長から一言

所用で東京日本橋の近くのホテルに泊まったとき、部屋にホテル周辺の観光案内が置いてありました。もう夕方でしたが、夕食前の運動のつもりでそれを持って散歩に出かけました。

「甘酒横町」という何となくおいしそうな通りがありましたので、探検してみました。あちこちお店をのぞきながら歩いているとなにやら行列ができています。看板を見るとタイ焼き屋さん。20人以上並んでいましたので、あきらめて一度は通り過ぎたのですが、若いカップルがおいしそうに食べているのを見て、根性を出して列に加わりました。鯛焼きといえば鉄板の上で何匹かまとめて焼くものだと思っていましたが、この店では、一匹ずつ型に入れて焼いています。親父さんとおぼしき人が、手でリズムを刻みながら、手際よく、淡々と9個の鯛焼きの型を操り、一匹一匹焼き上がってきます。一匹だけ買って早速ほおばりました。ぱりっとした薄皮でほどよい甘さのアンがぎっしり。今まで知っている鯛焼きの皮は、カステラのようなソフトでちょっと厚めの皮だけでしたから、このぱりっとした薄皮は新鮮でした。

それにしても、この店の親父さん、いったい一日に何匹の鯛焼きを作るのでしょうか。午後6時までが営業時間ということでしたが、私が列に加わったのが5時半頃、そのあとも次から次へと人が並びます。列に並びながらその焼く様子を見ていたのですが、本当に機械のように手を動かして焼いているのです。以前にも書きましたが私は職人技が大好きです。この親父さんはまさに鯛焼きの職人なんだとある種の感動を受けました。

お店の名前は、「高級鯛焼本舗 柳屋」、近くに行かれたときは是非ご賞味あれ。

【個人情報保護に関する当院の取り組みについて】

2005年4月1日から、個人情報保護法が施行されました。

佐藤クリニックはこれまでもお客様の情報については、厳格にお取り扱いして参りましたが、本法律の施行に伴い、新たに個人情報保護に関する院内規則を制定いたしました。これを機会にさらに医療機関としてふさわしいお客様情報の保護を行って参ります。

なお、当院における個人情報の利用目的は、院内掲示板にも表示していますが、以下の通りです。

当院における個人情報の利用目的

● 医療提供

- ◆ 当院での医療サービスの提供
- ◆ 他の病院、診療所、助産所、薬局、訪問看護ステーション、介護サービス事業者等との連携
- ◆ 他の医療機関等からの照会への回答
- ◆ お客様の診療のため、外部の医師等の意見・助言を求める場合
- ◆ 検体検査業務の委託その他の業務委託
- ◆ ご家族等への病状説明
- ◆ その他、お客様への医療提供に関する利用

● 診療費請求のための事務

- ◆ 当院での医療・介護・労災保険、公費負担医療に関する事務、およびその委託
- ◆ 審査支払機関へのレセプトの提出
- ◆ 審査支払機関又は保険者からの照会への回答
- ◆ 公費負担医療に関する行政機関等へのレセプトの提出、照会への回答
- ◆ その他、医療・介護・労災保険、および公費負担医療に関する診療費請求のための利用

● 当院の管理運営業務

- ◆ 会計・経理
- ◆ 医療事故等の報告
- ◆ 当該お客様の医療サービスの向上
- ◆ 入退院等の病棟管理
- ◆ その他、当院の管理運営業務に関する利用

● 企業等から委託を受けて行う健康診断等における、企業等へのその結果の通知

● 医師賠償責任保険などに係る、医療に関する専門の団体、保険会社等への相談又は届出等

● 医療・介護サービスや業務の医事・改善のための基礎資料

● 当院内において行われる医療実習への協力

● 医療の質の向上を目的とした当院内での症例研究

● 外部監査機関への情報提供

- 付 記
1. 上記のうち、他の医療機関等への情報提供について同意しがたい事項がある場合には、その旨をお申し出ください。
 2. お申し出がないものについては、同意していただけたものとして取り扱わせていただきます。
 3. これらのお申し出は後からいつでも撤回、変更をすることが可能です。



フロントに手荷物カウンターができました

佐藤クリニックでは、ご出産後の退院の時、皆さまにアンケートをお願いし、ご感想やご意見を伺っていますが、そのなかで「外来通院中、フロントのところで精算をするとき手荷物を置くところがなくて困った」というご意見がありました。そこで、カウンターのやや下に手荷物を置く棚を設置しました。どうぞご利用ください。



STAFF紹介

フロント
細江 由香利

佐藤クリニックでお世話になってもうすぐ1年になります。来院されるお客様の笑顔、御退院されるお母さん、赤ちゃんの笑顔、うれしそうな御家族をみて私もうれしくなります。まだまだ未熟な私で、戸惑いや失敗もありますが、笑顔をやさず、来院されるお客様が安心し、そして信頼して頂けるよう佐藤クリニックのスタッフとして毎日がんばりますので、どうぞよろしくお願い致します。

医療レーザー脱毛でスベスベに！

日に日に暖かくなり、そろそろ半袖で過ごす日も出てきました。もう間もなくノースリーブの季節となります。そんな時ちょっと気になってくるのがムダ毛。医療レーザー脱毛で始めるにはちょうど今の時期が最適



です。佐藤クリニックでは、永久脱毛も可能な高性能医療レーザー装置を用いて、医療スタッフが脱毛を行っていますので安心です。このちょうどいい時期にぜひご予約ください。

- 脱毛の料金(例)
- 両ワキ … 1回：18,900円、永久保証：87,200円
- 両腕(ひじ下) … 1回：36,750円、永久保証：126,000円
- 両脚(ひざ下) … 1回：47,250円、永久保証：168,000円
- Vライン … 1回：21,000円、永久保証：73,500円



STAFF紹介

助産師
大谷 恵

佐藤クリニックでお世話になり、もうすぐ1年になります。かわいい赤ちゃんの誕生に立ち会わせて頂き、感謝する毎日です。お母さんや家族の方が少しでも安心して出産に臨んで頂けるようお手伝いできればと思っています。出産のときにしか、なかなかお会いすることができませんが、たくさんの方に出会えることを楽しみにしています。これからも、どうぞよろしくお願い致します。

4月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
	プレパレーション	入院 14時退院		プレパレーション 分娩室へ移動	プレパレーション	プレパレーション NICUへ入室	NICUへ入室 プレパレーション	プレパレーション	プレパレーション NICUへ入室		プレパレーション 分娩室へ移動	プレパレーション	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	
5月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
		プレパレーション NICUへ入室	NICUへ入室	NICUへ入室	NICUへ入室	プレパレーション	入院 14時退院		プレパレーション 分娩室へ移動	プレパレーション	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	プレパレーション NICUへ入室	