

## 母性を育む

医療法人 岡村産婦人科医院 岡村 博行

### 現代は母性にとって不毛の時代

その社会的要因としては、高度経済成長時代に始まる、地域社会の崩壊とか核家族化が挙げられているが、更に、わが国の特異的な因子として、出産直後からの母子別室体制と安易な人工乳投与という新生児管理システムが挙げられます。

この母子別室体制につき、母性を育むという立場から眺めると、次に述べるような問題点をはらんでいる。

同室性と比べて母子関係樹立に不利であり、母性のスイツチが入れ難い。

哺乳動物で出産直後からの母子分離は、ひとり人類のみである。

今日の母親はわが子に触れるまで、赤ちゃんとの接触体験、育児体験に極めて乏しい。

母乳の早期且つ豊富な確保に不利である。

肉親らとの接触が出来難い。

妊娠末期母親に出来上がっていた赤ちゃんとの生活リズムの同期が壊れてしまう。

赤ちゃんとの対話や遊びが出来ない（quiet alert な意識

レベル）。

子ども権利条約第九条に決められている母子分離を不可とする条項に違反する。

細菌感染にも不利で、特に母親からの良性の細菌叢をもらい難い（細菌叢の同調）。

などの理由から母子別室制は今日母子にとって好ましくないシステムとされ、世界の先進医療国で別室制採用はひとりわが国のみである。

その結果、可愛いはずなのに愛せないと嘆く母親やサイレントベビーが増加し、児童虐待や青少年の問題行動発生の大きな要因となっている。

### ソフロロジー式分娩教育

このような情勢下に、母性の確立と醸成を基本理念とするソフロロジー式分娩法が登場した。ソフロロジー法とは一九六〇年アルフォンソ・カイセド博士によって創案され、物質主体の自然科学と心の問題を東洋的思想、文化を借りて結びつけようとした試みで、ソフロロジー式分娩法においては、西洋で行なわれていた自律訓練法とか漸進的弛緩法と東洋文化としてのヨガや禅が巧みにドッキングさせている。

本法が超痛分娩と称せられる特徴は、例えば陣痛は必要悪と言う考えを捨て、そしてあるがままに受け入れようとする新ラマーズ法よりも、更に一歩踏み込んで、陣痛は赤ちゃんを産むための大切なエネルギーである。そして母親にのみ与えられた特権であり、陣痛を媒体とし母と子が共同して出産

する。さらに陣痛があるからこそ、わが子に会えると考えます。そのためにイメージトレーニングを取り入れ、我が子のためならあらゆることを受け入れることが出来るように、発想を転換し、母性の醸成を図ります。

具体的には・・・妊娠中・・・

受胎成立を知ると共に、新しい生命を胎内に宿していることを自覚し、胎児を家族の一員と考え、毎日を赤ちゃん中心の生活を送る様に努める。特に近年の精神医学は、胎児や新生児といえども無様式の感覚を駆使して、自分を取り巻く周囲が自分をどのように考えているかをモニターしていることを教えており、このことを常に意識し、日々の安定した生活、胎児への話し掛けなどを行なう。また、TEN-COUNT 法施行後、イメージトレーニングを連日行ない、胎児との絆作りに励むことも大切なポイントです。

Medical Electronics を大いに臨床応用する。

妊婦検診日は胎児との面会日と考え、更に超音波診断装置を利用しての胎児画像の写真やビデオ録画、そして児心音の聴取と録音により家族との交流も図る。かくして対象愛としての胎児の存在自覚の時期を早め、胎児の存在を身近なものとする。

イメージトレーニングを毎日反復練習することにより、先に述べたように陣痛に対する考えを転換し、陣痛の痛みを新しい生命誕生の喜びに変え、赤ちゃんのためになることであれば全てを受け入れることが出来るように努

める。

・・・分娩中・・・

ソフ口法の分娩はお母さんにも赤ちゃんにもやさしいお産である。

ソフ口法による出産によって、第二の女性誕生 (Jeanne Craft 博士)。

分娩という一大試験を母と子が協力して乗り切ったという体験は両者の間に運命共同体的絆を生み、産後の共生生活に最高の基盤を提供してくれる。

又夫は冷静に陣痛を乗り切り、無事に赤ちゃんの誕生を迎える妻の姿を見ることにより、父性を育て、産後の育児への参加を可能とする。

### 母乳育児と母性のスイッチ

現代は育児体験を有さない母性未成熟ママが激増している。この状況は、冬の間手入れを全くしていない荒地に、春になって急に種を播いたようなもので、ひねこびた作物が花の咲かない実のつかない植物しか育ちません。これが現状の母性の未成熟ママの姿です。

分娩室にて

・カンガルーケア

出産直後裸の赤ちゃんを裸の胸に1〜2時間抱くことにより、母性意識は高まり、一方児の生理は安定し、副次的に母親の健康な細菌叢も児は受け継ぐことができる。

・タッチケア

ソフロ法の松永会長によって、「目覚めのマッサージ」として始めてわが国に導入された。哺乳動物においては皮膚に対する適当な刺激は身体の器官の発達や活動に不可欠である。然し早くもわが国ではコマーシャルベースで行なわれ始めているが、あくまで母親が行なうことにより、その効果は一〇〇%となる。

・生後三〇分以内の授乳

生まれたばかりの新生児は一―二時間ほどの覚醒期を有す。従って授乳は可能であるが、栄養学的意味より、生まれて初めて体験するその嗅覚や味覚・臭覚への刺激の体験は、その後における母乳確保の王道である、頻回授乳へと通じる道となる。

分娩室より帰って

母と子は同床。同きんし、お互いを確かめ合う。

ソフロジョー式分娩法を体験して

・イメージトレーニングを通じて貰われる積極的ソフロ受容（所謂プラス思考）に習熟した母親は、常に前向きに育児と取り組むことができるようになる。

・女性が体験する一生のうちでもっとも厳しい試練だといわれる分娩を、我が子と共に手を携えて乗り切ったといった体験は、母と子の間に、切っても切れない運命共同体的絆を作り上げ、赤ちゃんのためであれば如何なることでも受けいれられるような心構えができていきます。

・痛みを切り替えるスイッチは「母性」。

ソフロジョー式分娩教育によって得られる陣痛乗り切り

効果のうち、最も主たる仕組みは「痛みの色々な制御機構に働きかけ、認識機構での痛みを切り替えるスイッチの働きかけることである」（松永説）。つまり、人類は抹消で発生した刺激（stimulation）も、脳で受ける受容器（receptor）も全く同じであるに拘わらず、瞬時に感覚の抑制或いは切り替えるスイッチをもっている。

例えば、脇の下を自分でくすぐっても何ともないが、他人に加えられるとくすぐったくてたまらない様に、同じ刺激が、同じ伝達経路で伝えられても、人は全く異なった感覚として認知することができる。その仕組みにより、ソフロ法では、陣痛の痛みを我が子に会える喜びとして切り替えられるように努めます。このことは母性がより豊かに育つておれば、それだけ超痛効果が得られる理由である。

かくして、母と子は共に手を携え協力して出産を成し遂げました。これからは再び母乳確保へ向けて母と子の共同作業の始まりです。

母乳育児を成功させるための一〇か条

WHO（世界保健機構）とユニセフ（国連児童基金）は一九八九年に「母乳育児の保護、推進、そして支援 産科施設の特長な役割」と題する宣言をユニセフのグラント事務局長名で発表し、全世界の産科施設に対して、次のような一〇か条を守るように呼びかけました。

(1) 母乳育児の方針を全ての医療に関わる人に、常に知らせる。

- (2) 全ての医療従事者に母乳育児をするために必要な知識と技術を教えること。
  - (3) 全ての妊婦に母乳育児の良い点をしらせること。
  - (4) 母親が三〇分以内に母乳を飲ませられるように援助すること。
  - (5) 母親に母乳の指導を十分にし、もし赤ちゃんを母親から離して収容する場合にも、母乳の分泌を維持する方法をお母さんに教えてあげること。
  - (6) 医学的に必要がないのに、母乳以外のもの、水分、糖水、人工乳を与えないこと。
  - (7) 赤ちゃんが母親が一日中二十四時間一緒にいられるように、母子同室にすること。
  - (8) 赤ちゃんが欲しがるときに、いつでも母親が母乳を飲ませられるようにすること。
  - (9) 母乳を飲んでいる赤ちゃんにゴムのおしゃぶりや乳首を与えないこと。
  - (10) 母乳育児のための支援グループを作り、母親が退院するときにそのグループを紹介すること。
- 日本母乳の会はこの一〇か条を尊重し、母乳育児の推進、支持と実践に努めています。そして事業として、年一回の総会や意見交換会、そして図書の刊行、母乳育児支援団体との連携及びBaby Friendly Hospital認定のための審査を行なっているが、その主たる目的は母乳育児を通じて、母性の確立を計り、親子の絆を強固なものにしようとするにある。
- 母子同室と頻回授乳

母性の育みにおいて、母性のスイッチを入れるに最も重要な役割りを果たすのは、第七・八条の母子同室と頻回授乳である。同室にすることによって初めて可能となる頻回授乳により、乳腺に作用して母乳を分泌させるプロラクチンとそれを射出させるオキシトシンというホルモンを常に高い血中濃度に持続させることが可能となり、その結果として早期且つ豊富な母乳の分泌を可能とし、同時に両ホルモンは次に述べる母性のスイッチを発動します。

#### 母乳分泌と母性行動発現の仕組み

これまで母性発現の仕組みについては精神論が多く、母乳の神秘などと考えられていた。

然し近年に至り妊娠中及び産後における内分泌の動きと母乳分泌の関係のみならず、母性行動発現との相互関係についての多くの科学的知見の集積により、母性発現の仕組みが漸く明らかになってきました。

香川医科大学小児科学教室大西鐘寿教授によると、受精卵が子宮に着床し、受胎が成立する。妊娠すると卵巣や胎盤から大量の女性ホルモンの分泌が始まり、その沢山分泌された女性ホルモンによって、母性行動の中核である視床下部の前方に位置する内側視索前野 (medial preoptic area) がプライミングされ、プロラクチンやオキシトシンに対する受容体が作られ、産後の母性行動発現へ向けての下準備が出来上がります。妊娠中この受容体は多量の女性ホルモンの作用で活動を差し止められています。

産後乳首に吸綴刺激が加えられ、それを契機としてプロラ

クチン、オキシトシンの分泌が始まると、その作用によって、乳腺より母乳の分泌が始まるばかりではなく、両ホルモンは先に述べた受容体を介して、母性中枢である内側視床前野を興奮させ、母性行動にスイッチを入れます。つまり母親が乳房を含ませて母乳を与える行為は、単に栄養や免疫物質を与えるという意味を持つだけではなく、同時に母性中枢を刺激して、母性行動を発動させ、母性を育むという重大な意義を有することが理解されてきました。

### 母性は育まれたか

母性発現の数量的評価

ソフロロジー分娩教育では母性とは「赤ちゃんを慈しむ心」とされるが、この母性を数量的に表すのは困難です。

そこで母性を形作り、母性を構成するいくつかの因子や表現方法を数量化することにより、幾分なりともその姿の一端の表現を試みた。

花沢博士によって考案された母性理念、対児感情評定尺度についての測定法を応用した。

この母性理念及び対児感情の評価を、妊娠中（妊娠四ヶ月頃で母親教室未受講）、分娩後（分娩後五～六日）、育児後（出産後三ヶ月）の三時点を決め、初産の同一妊婦について、連続的な縦断的測定を試みました。

その結果母性理念肯定得点（伝統的な母親の役割を肯定）は妊娠中、分娩後、育児後何れも連続して $\mu(△○)$ の有意差を持って上昇することを確かめられた。次に母性理念否定得点

（伝統的な母性理念の否定）については、上記三点についていずれも $\mu(△○)$ の有意差を持って否定点数のマイナ方向への増加、否定項目の否定、つまり母性理念を肯定する方向への変化を認めました。

次に母親が児に対して抱く感情を、児を肯定し受容する方向の感情を接近感情（approach feeling）とし、逆に児を否定し、拒否する方向の感情を回避感情（avoidance feeling）と呼ぶ。夫々の得点を三時点につき測定した。

その結果は妊娠、出産、育児と進むにつれて、何れの過程においても、有意に児に対する愛着度の増す方向、即ち児を肯定し受け入れる方向への変化が確かめられました。又回避項目の得点を見ても同様の変化が認められました。更に、接近感情と回避感情が各個人のうちでどのように拮抗しているかを表す尺度として、拮抗指数＝回避得点／接近得点 $\times 100$ を測定した所、拮抗度の低下、つまり相克度の低下が見られました。

母性理念及び対児感情の評定が直ちに母性そのものを表現しているとはいえませんが、一応、母性の醸成が行なわれているという傾向は確かめられたと考えます。

母性が最も育まれたと感じられたとき

(1) 妊娠期間中 (2) ソフロロジー式分娩を体験して (3) 一週間の母子同室による育児を体験しての三時点を決めて質問した。又同時に他の二期間が同じくらいという設問（例えば産後の一週間と分娩時には同等に感じた）も加えた。

何れの場合も、産後母子同室による一週間が最も母性が育

まれたと回答した母親が約半数を占め、他の二期間も同じく  
らidedたとする母親を加えると、七割近い母親が、産後の  
一週間を最も母性の育まれる期間とした。又母子が協力して  
出産するというソフロロジー式分娩法による体験か、二割か  
ら三割の母親が分娩中に最も母性が育まれたと述べているの  
も、その分娩法の特徴をよく表している。

#### 産後の凝縮された数日間

分娩や産後の一週間における、母性の育みについては、数  
量的に、そして主観的には以上述べたように確実に成長して  
いることが確かめられました。

そして産後における母親の変貌振りをみて、この変化を生  
じる期間を“凝縮せる数日間”と巧みに表現されている。う  
まれて二三日間母乳は殆ど分泌されず、母親は時には不安  
と焦燥に悩み、睡眠不足、そして絶望に陥る母親さえあらわ  
れる。ところが乳首の痛みをこらえて頻回授乳に努めている  
うちに、三〜四日目になって急激な母乳の分泌を見るようにな  
る。母親の変貌は頻回授乳によって分泌の増加したプロラ  
クチン、オキシトシンによって母性中枢が刺激されたもので  
あるのが、分泌が始まって数日間の後には、劇的に母親は穏  
やかな顔と自信に満ちた姿に変わります。

赤ちゃんの抱き方のぎこちない、泣き声の聞き分けや、そ  
して便の性状をしらず、生活リズムの一致していない別室マ  
マとくらべるとまったく別人のような変貌を遂げます。

### 人にも母性の臨界期があり

産後の一週間に、母乳の確保を巡って展開される母と子の  
共同作業によって、母乳の早期且つ豊富な母乳の確保が可能  
となるだけではなく、授乳という行為に伴われて母性のスイ  
ッチが入られ、その刺激量に比例して母性行為が豊富に誘  
発されるという生理的な仕組み、この重要性を私達は忘れて  
しまっていたようです。

妊娠・分娩・育児に伴われて生まれる母性理念や対児感情の  
変化、そして私達が現実を目にする“凝縮された数日間”に  
驚くほど変貌する母親たちの姿、これらを総括すると、私は  
人にも母性の臨界期があり、それこそ産後の一週間であると  
確信します。

勿論人の母性確立の臨界期については、他の哺乳動物にお  
ける「死」というほど、厳密なものではなく、以後において  
も可能ではあります。然しその時期を逸するならば、産後数  
ヶ月してから始める母乳哺育のように、長期間に亘る、そし  
て涙ぐましい努力が必要となります。

### 結論

現代は母性の成熟にとつて不毛の時代であり、加えて母子  
の分離と安易な人工乳投与による新生児管理システムによつ  
て、母と子の絆は極めて脆弱なものとなっており、今日の児  
童虐待や多発する青少年の問題行動の遠因となっている。

かかるときに登場した「母性の醸成と確立」を基本理念と  
するソフロロジー式分娩教育と同時に、WHO&ユニセフに  
よる「母乳育児を成功させるための一〇か条」方式を尊守し

て、母子同室と頻回授乳を中心とした母乳育児を行なうことにより、私達は豊富な母乳のみならず、豊かな母性行動の発動を得ることができる。

このようにするならば、人生の初期における一瞬の手抜きによって生じた、今日の母性の未成熟、親子の絆の脆弱性を防ぐことが出来、私達の未来をになうジュニア達に輝かしい出発(たびだち)の場を提供することが出来るのである。