

無痛分娩

無痛分娩とは、麻酔を使う分娩方法です。麻酔の効き方には個人差があり、「痛みがなくなる」のではなく、最低限に痛みを抑えるものと言えます。

のぼり病院では

「痛みを和らげる」ではなく、
「痛みを限りなくゼロに近い状態にする」ことを目指します！



無痛分娩の流れ

① お産が進んでいて、胎児の状態がよければ無痛分娩（硬膜外麻酔）が開始されます。

※陣痛かな？と思ったら早めに病院に連絡しましょう。

麻酔が始まると絶食になります。飲み水のみ可能です。

（水、ミルクの入っていないお茶、タンパク質の入っていないスポーツドリンクはOK）

② 点滴、採血を行い、モニターをつけます

③ 定期的に助産師が内診、麻酔の効果を確認します

④ ベッド上で過ごしていただきます

麻酔が効きやすく、お産が進みやすい体勢をとります（座位・四つん這い）

● 分娩のお手伝いで陣痛促進剤を使用することがあります

● 状況に応じて、吸引分娩・鉗子分娩などを行うことがあります

● お産後は、麻酔の効果が切れたことを確認してから病室へ移ります



無痛分娩をご希望の方は、バースプランにご記入ください。
もし迷っている場合は、外来で助産師へご相談ください。



無痛分娩にも
ソフロロジーの呼吸法は有益です。

赤ちゃんにも子宮収縮の時の痛みがあります。
赤ちゃんに酸素をたくさん届けられるように、
ぜひソフロロジーの音楽を聴きながら、呼吸法をお試ください。
満足のいくお産になるようにサポートさせていただきます。

院長より

当院では、安全で快適な無痛分娩を行えるよう、あらゆる体制・対策を整えています。当院独自の無痛分娩を確立するために、無痛分娩コンサルティング LA Solutionsの入野慎吾先生のコンサルティングを受け、そのプロトコル（方法）を導入し、常に連携を取っています。



陣痛の痛みをコントロールする

ソフロロジー出産・無痛分娩について

陣痛は「痛い」と考えただけで、怖くなってしまいますよね。
そんな不安を和らげる方法が、ソフロロジー式分娩法です。

ソフロロジー法とは？

ソフロロジー法では、妊娠、出産、育児を大きな一つの流れとしてとらえ、子育ては、妊娠中から始まっていると考えます。

- 赤ちゃんとお母さんは一心同体
- 妊娠中から「お腹の赤ちゃんを思う」ことで、赤ちゃんの成長とともに、お母さんの心（母性）が育まれる
- 赤ちゃんとのコミュニケーションを通して大切な絆が生まれる



ソフロロジーの大切なポイント

妊娠中からお母さんの
“心とからだ”の準備をしていく

- 常に赤ちゃんのことを思う
- 赤ちゃんとの絆づくり（たくさん話しかける）
- 食事（お母さんの食事が赤ちゃんの体を作る）
- ソフロロジーの音楽を聴いてリラックスする

ソフロロジーの3つの柱



呼吸法

- 「ただゆっくり息を吐く」が基本



イメージトレーニング

- ソフロロジーの音楽を聴いてイメージトレーニング
- 赤ちゃんとの絆づくり
- 母親学級への参加



エクササイズ

- 緊張とリラックスのメリハリを体に覚えさせる

ソフロロジーのいいところは、誰でも、どこでもできること。

お産のスタイルや場所も選びません。

出産時だけでなく、妊娠中にもいいところ

- 赤ちゃんとのコミュニケーションが図れる
- お母さんと赤ちゃんの絆が深まる
- ババや兄弟など家族も一緒にできる
- 赤ちゃんに会えるのが楽しみになる
- 出産のイメージがポジティブになり、お産が楽しみだと前向きになれる
- 出産、育児に向けて心の準備ができる
- 分娩や陣痛を受け入れることができる
- 不安や恐怖を和らげ、リラックスできる

