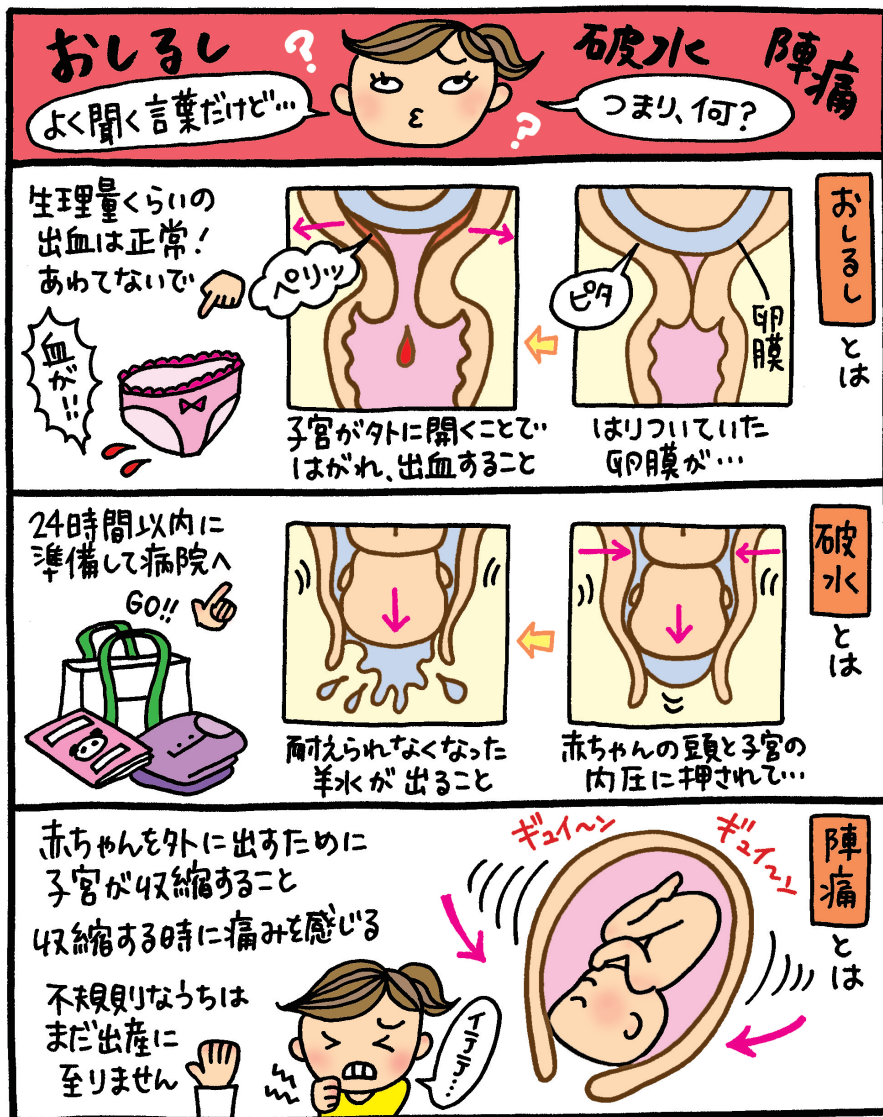




出産当日。そのとき、何が起こるの？

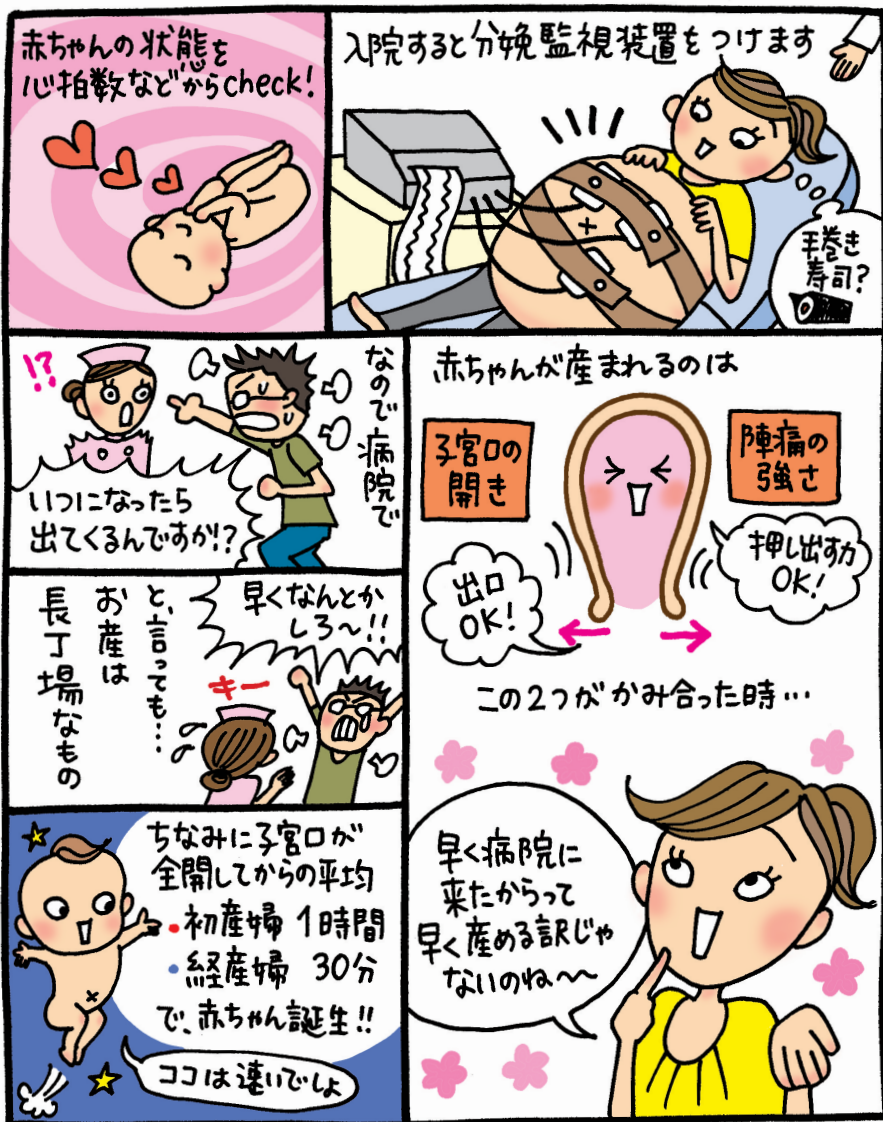


「おしるし」「破水」「陣痛」。 3つについて知っておこう

- 36週を過ぎれば、いつ赤ちゃんが生まれてきてもいい状況。その日のために知っておきたいのが「おしるし」「破水」「陣痛」の3点です。
- 「おしるし」とは、お産前の準備段階で起こる出血のことです。赤ちゃんの入っている袋、卵膜は、通常子宮の壁に張り付いています。お産が近づき子宮下部が徐々に開いてくると、卵膜と子宮壁がはがれ、それによって出血します。この「おしるし」なしに陣痛が始まることもあれば、「おしるし」があっても陣痛開始まで数日かかることもあり、2～3日連続で起こることもあります。生理ピーク時くらいまでの出血は正常の範囲です。
- 「破水」とは、赤ちゃんの頭と子宮の内圧に押されて卵膜が破れて羊水が出ることをいいます。一度に大量に水が出ることもあれば、尿もれのような感覚で少しずつ出ることもあります。複数回その状態を感じるようなら、「破水」の可能性もあります。
- 「破水」は陣痛が始まる前に起こることがありますが、あわてる必要はありません。24時間以内に陣痛が始まるので、病院へ連絡をしてから準備をして向かいましょう。ただし、バイ菌が入りやすい状態になっているので、入浴は避けてください。
- 「陣痛」は、赤ちゃんを外に押し出そうと子宮が収縮するときに起こる痛みです。いつ起こるのか予想することができないので、36週以降、起こっている痛みが「陣痛」かどうかを見極めるのは難しいもの。定期的な痛みがどんどん強くなっていくようなら「陣痛」で、定義上は10分間隔になった時点で陣痛開始となります。



入院してから お産までの流れ



早く病院へ来ても、早く赤ちゃんが 出てくるわけではありません

- 陣痛の感覚が短縮し、痛みが少しずつ強くなるとともに子宮口も少しずつ開いていきます。子宮口が3～4cm開くまでの時間が長く、個人差がありますが、10時間ほどかかるのが通常です。お産の前に分娩進行曲線を頭に入れておく余裕をもって出産にのぞめるでしょう。「付録①分娩開始から赤ちゃんが生まれるまで」を参照してください。
- 子宮口が半分の4～6cm開く頃には陣痛の間隔が3分おきになり、その時点からお産が急速に進んでいきます。子宮口が全開の10cm開大になってから赤ちゃんが生まれるまでは、初産で平均1時間、経産で平均30分ほどです。
- 妊婦さんご自身にとっても待っているご家族にとっても、お産はかなりの長丁場。あまりに早く入院してしまうと、分娩まで時間がかかることになり、入院費用もかさみがちですのでご注意ください。
- 出産後、母子に特に問題が見られなければ、普通分娩の場合出産日から数えて6日後に退院が可能です。