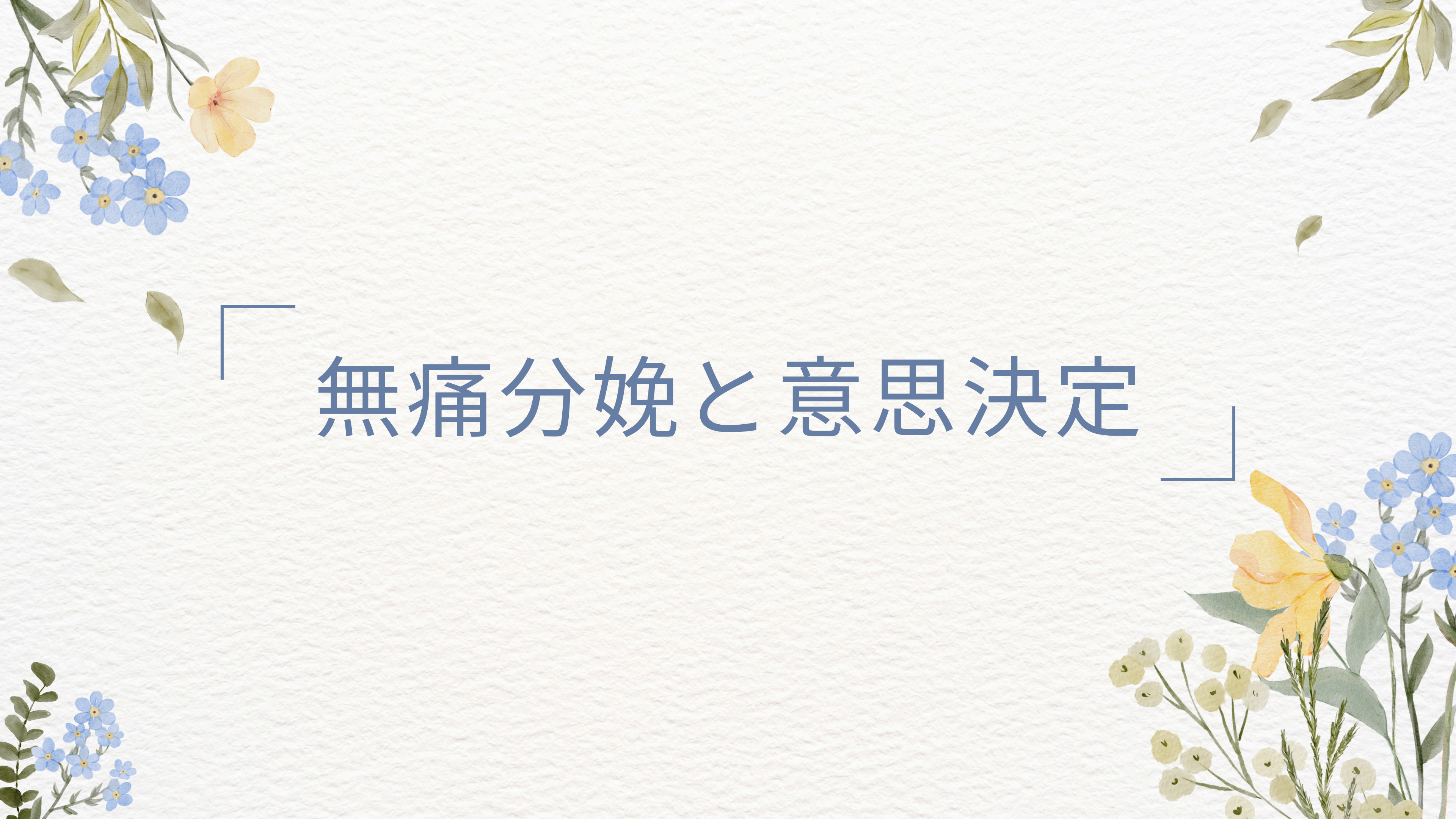


The background is a light cream color with a subtle paper-like texture. In the corners, there are delicate watercolor-style illustrations of flowers and leaves. The top-left corner features a cluster of small blue flowers and a single larger yellow flower. The top-right corner has a few scattered green leaves. The bottom-left corner shows a small bunch of blue flowers. The bottom-right corner is more elaborate, with a large yellow flower, several blue flowers, and a sprig of small white flowers with green centers.

「無痛分娩と意思決定」



1.このテーマを選択した理由

- 母性の外来実習で8割以上の方が無痛分娩を希望していた
 - 妊婦さんがどのように無痛分娩を選択しているのか気になった
 - 将来自分も選択に悩むときがあるのではないか
- 

2.無痛分娩とは

「麻酔を用いて陣痛の痛みを和らげる方法」

分娩の妨げにならないように、低濃度の局所麻酔を使用し
完全に痛みを取るのではなく耐えられる痛みをコントロールする

3. 無痛分娩の一般的な流れ

【入院前】

1. 希望する方は妊婦検診で産科医師に申し出る
2. 無痛分娩に関するパンフレットや動画の視聴
3. 妊娠36週頃に産科麻酔科外来を受診

麻酔科医・週麻酔期看護師が問診・診察、詳しい説明を行う

【入院後】

1. 陣痛開始後、医師が麻酔のタイミングを判断

一般的には、子宮口が3～5cm程開くまでに始めることが多い

2. 麻酔開始

カテーテル挿入後麻酔薬を注入。麻酔開始後、20～30分程度で痛みが和らぐ

3. 出産

出産後、鎮痛効果が必要で亡くなった段階で麻酔薬の投与を中止

4. 麻酔の種類

① 硬膜外麻酔

- 多くの国で無痛分娩の**第一選択方法**
- 全ての人が受けられるわけではない
例：出血リスクが高い・背骨に変形がある・神経の病気がある

② 脊髄クモ膜下麻酔併用硬膜外麻酔

- 出産の進行状況により、使用することがある
- 硬膜外麻酔よりも麻酔効果が早い

③ 静脈麻酔

- 鎮痛効果は弱い

5.無痛分娩の長所・短所

【長所】

- ①身体的・精神的ストレスの緩和
- ②体力を温存できる
- ③子宮胎盤の血流改善
- ④産科処置がしやすい
- ⑤帝王切開への移行がしやすい
- ⑥産後の体力の回復が早い

5.無痛分娩の長所・短所

【短所】

①合併症と副作用

硬膜穿刺後頭痛、かゆみ、発熱、局所麻酔中毒
アナフィラキシーショック、低血圧など

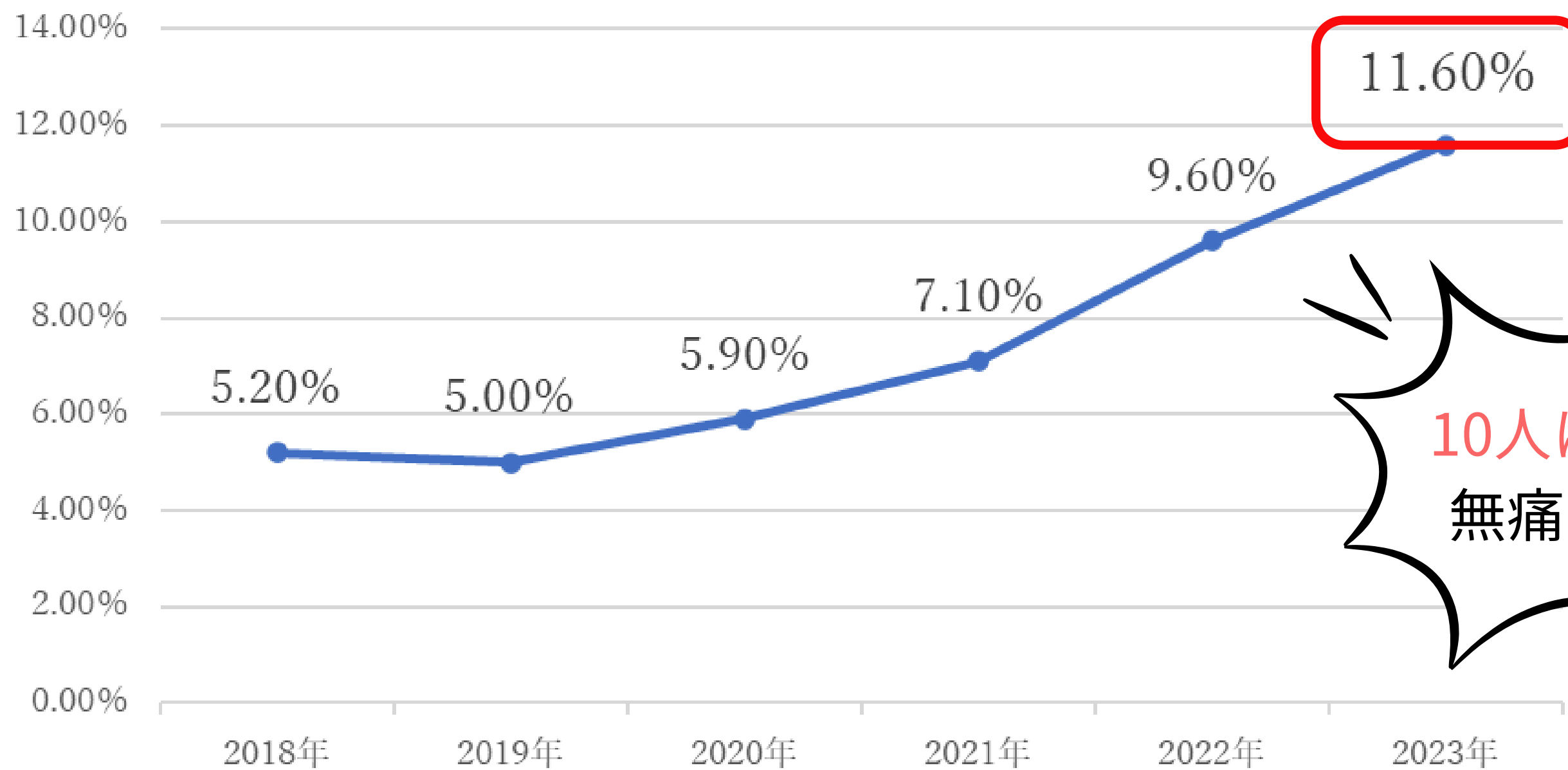
②出産への影響

出産時間の延長、器械分娩率の上昇（吸引分娩・鉗子分娩）

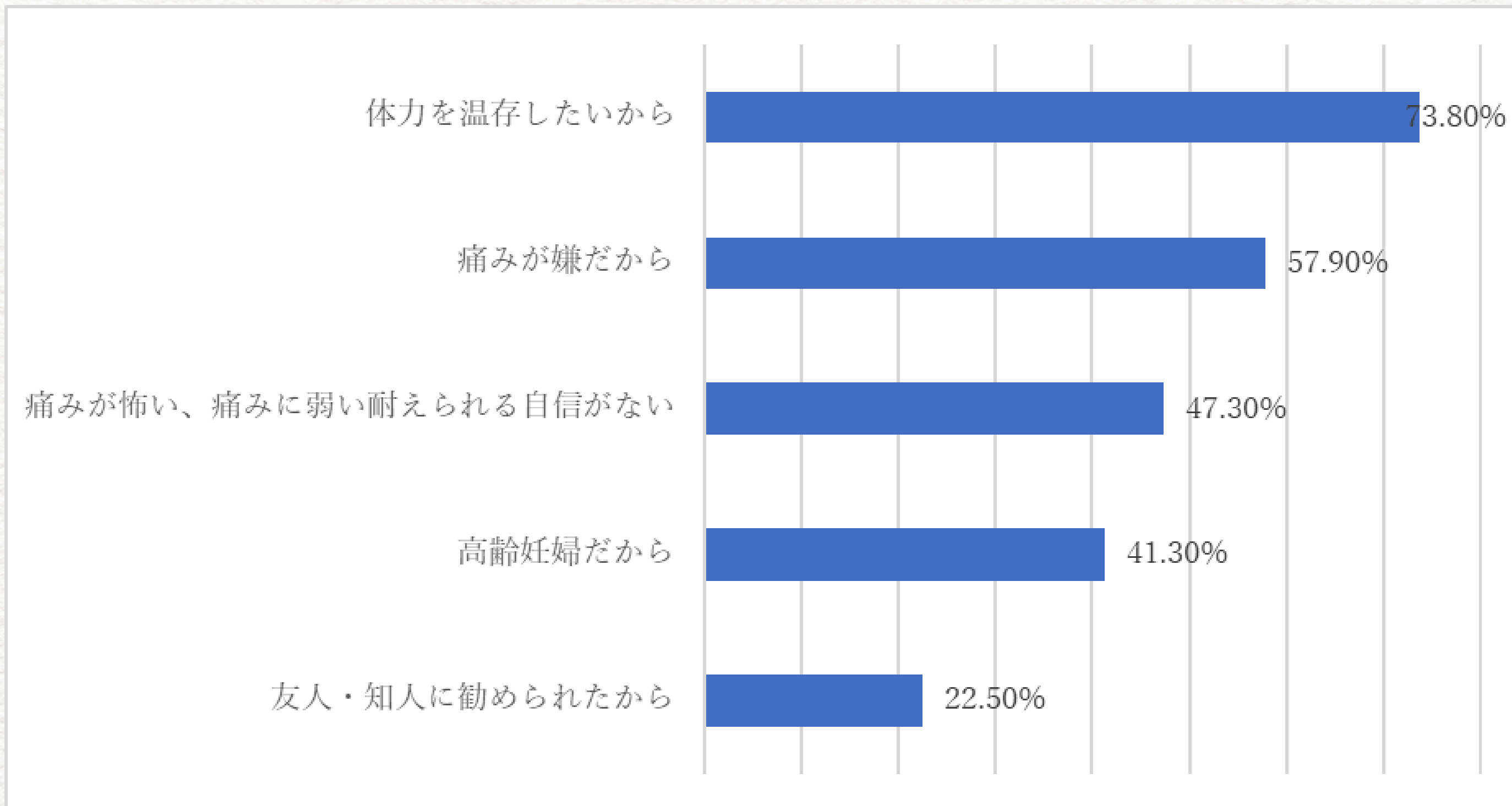
③費用が高い

6. 無痛分娩割合の推移

総分娩数に占める無痛分娩数の割合の年次推移



7.無痛分娩の選択理由(複数回答)





8.自分らしい方法を納得して決めるためには

- 【お】 選択：選べる選択肢がすべてそろっているか確認する
 - 【ち】 長所：各選択肢の長所を知る
 - 【た】 短所：各選択肢の短所を知る
 - 【か】 価値観：各選択肢の長所・短所を比較して、
自分にとって何が重要かはっきりさせる
- 
- 



自分らしい方法を納得して決めるためには

【お】 選択：選べる選択肢がすべてそろっているか確認する

- ・ 自然分娩or無痛分娩
- ・ どこで出産するのか（病院の実施件数・費用）

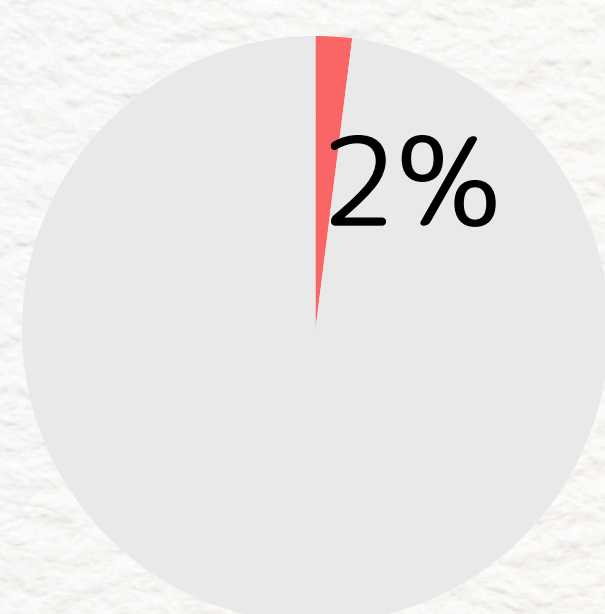


【ち】【た】 各選択肢の長所・短所を知る

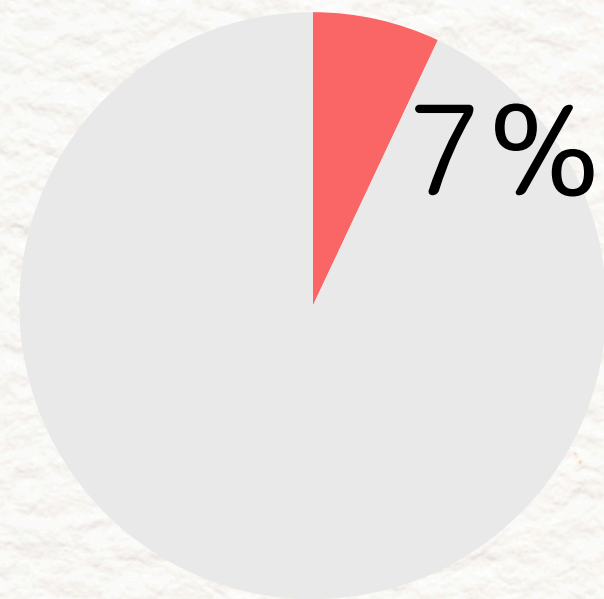
方法	自然分娩	無痛分娩
陣痛の緩和効果	効果は限定的	効果は高い
分娩中の過ごし方	・自由に歩行、飲食可能 ・トイレに行くことができる	・分娩台の上で過ごす ・飲食の制限あり ・トイレには行けない (カテーテルがあるため)
帝王切開が必要となった場合の処置	新たに麻酔の処置を行う必要あり	そのまま帝王切開の麻酔として使用できる
赤ちゃんへの影響	なし	器械分娩の頻度が高い・胎児心拍数の低下
副作用	なし	・局所麻酔中毒・アナフィラキシーショック ・硬膜穿刺後頭痛・低血圧・発熱・掻痒感など
費用	通常分娩費用	通常分娩費用＋無痛分娩の費用（15万円）

【ち】【た】 各選択肢の長所・短所を知る

尿閉が起こる確率

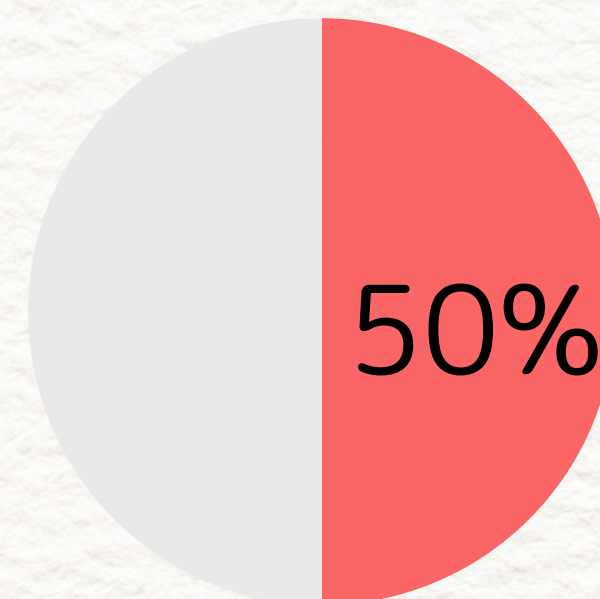


自然分娩

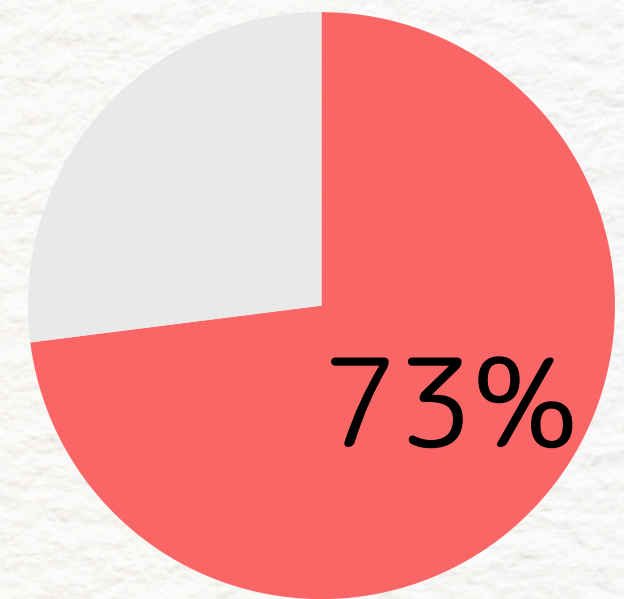


無痛分娩

陣痛が和らいだことへの満足感

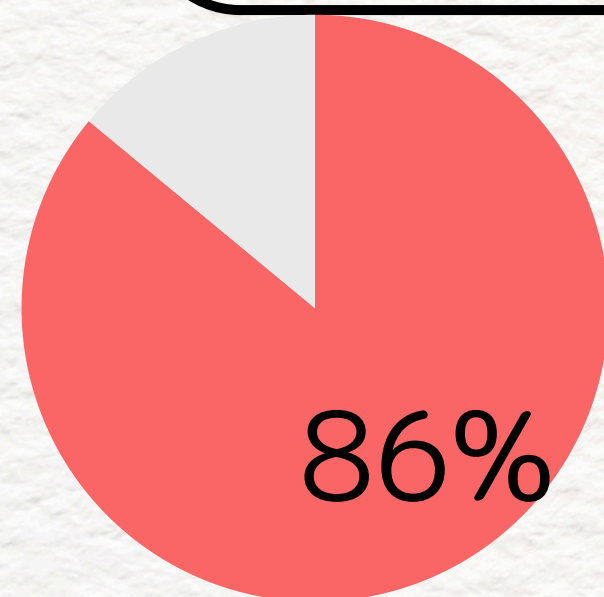


自然分娩

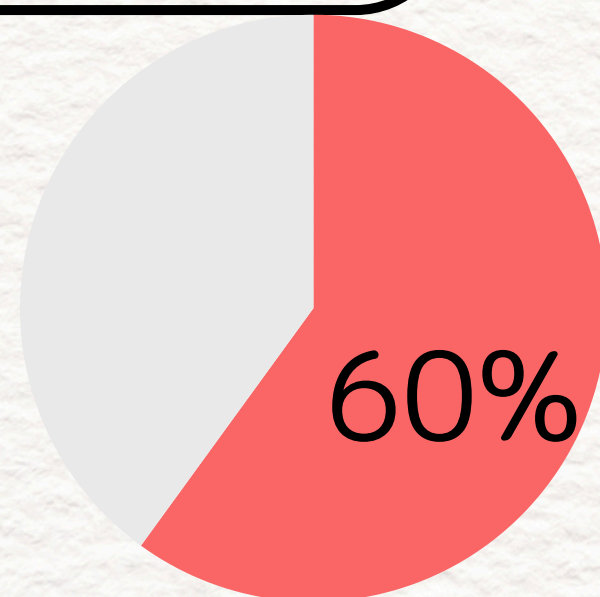


無痛分娩

出産満足度8/10点

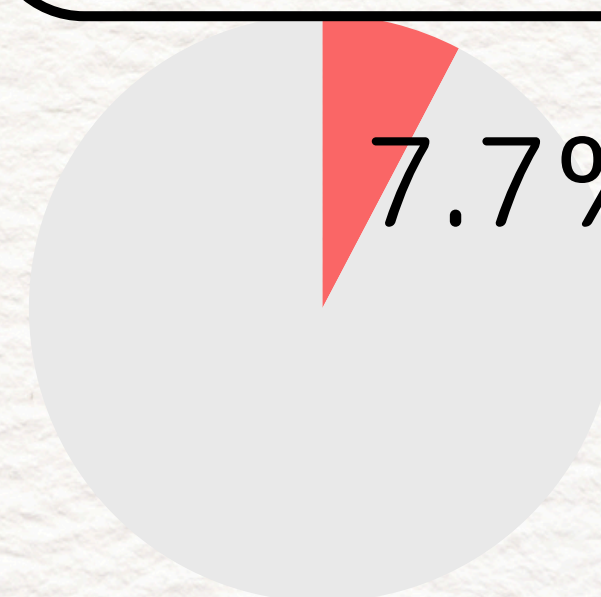


自然分娩

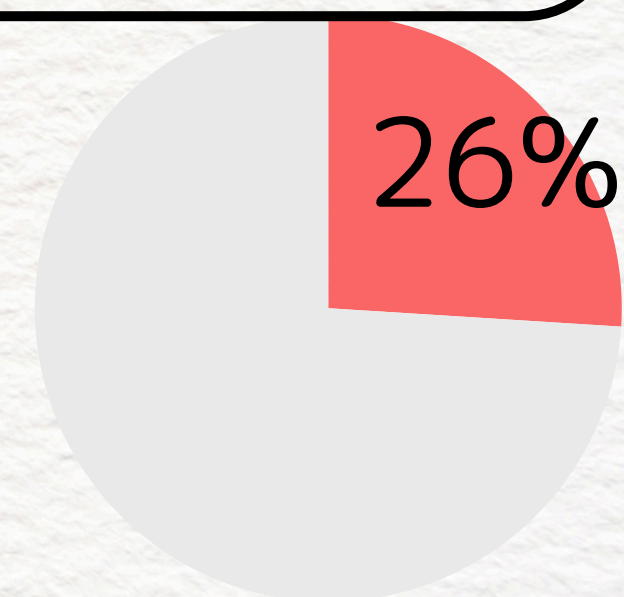


無痛分娩

初産婦で器械分娩となる割合



自然分娩



無痛分娩

【か】 価値観 自分にとって何が重要か

内容	大事ではない					大事
陣痛を体験すること	0	1	2	3	4	5
陣痛の痛みを抑えること	0	1	2	3	4	5
分娩に伴う費用を抑えること	0	1	2	3	4	5
無痛分娩の副作用を考慮すること	0	1	2	3	4	5
無痛分娩により器械分娩の割合が高くなること	0	1	2	3	4	5
体力を温存すること	0	1	2	3	4	5
分娩中に自由に歩行や飲食、トイレに行くことができる	0	1	2	3	4	5

まとめ

- ・ 出生数が減少する一方で、高齢出産などの背景や体力を温存するために無痛分娩を希望する妊婦は増加している
- ・ 納得して自分らしい出産方法を選択するには、自然分娩、無痛分娩それぞれの長所・短所を知り、自身の価値に沿った**意思決定**をすることが重要
 - お・ち・た・かの意思決定スキルを身につける



参考文献

- ・ 日本産科麻酔学会JSOAP. 無痛分娩Q&A. <https://www.jsoap.com/general/painless/q13>
- ・ 聖路加国際病院麻酔科 ・ 女性総合診療部. 無痛分娩についてー聖路加国際病院の分娩時の鎮痛についてー. <https://hospital.luke.ac.jp/guide/maternity/pdf/painless.pdf>
- ・ 平安名彩恵, 穴戸恵理, 大阪和可子, 堀内成子. (2019). 「あなたらしい産痛を和らげる方法を求めて」これから出産を迎える方が自然分娩、無痛分娩を納得して決めるために. https://www.healthliteracy.jp/decisionaid/pdf/200319_da.pdf
- ・ 松田秀雄. (2023). 無痛分娩 産科施設の立場から ～日本産婦人科医会施設情報からの解析～. <https://www.jaog.or.jp/wp/wpcontent/uploads/2023/09/e553496982d83ca62076fb6974c445b2.pdf>

ご清聴ありがとうございました