

グリーンケア



←未来のままとばばのページより

厚生労働省人工動態統計によると、05年の死産（妊娠12週以後）は3万1818。生後4週未満の新生児死亡は1510。1950年の21万6974、6万4142から激減した。

だが、どんなに医療が進歩しても妊娠中や出産時、誕生後に亡くなる命はある。「赤ちゃんの死」とどう向き合うか――。

「患者を生きる 赤ちゃんの死」で紹介した淀川キリスト教病院（大阪市）のように、お別れ会や遺族の集まりを開く病院も増えてきた。「家族が悲しみを表し、少しでも癒しにつながる場所を提供したい」と同病院小児科の和田浩医長はいう。新生児集中治療室（NICU）では、母親に抱っこしてもらい家族でお別れをする時間をとっている。「かつては医療が優先されるあまり、何もしてあげられなかったと悔やむ親もいた。誕生を祝い、家族で一緒に過ごし、お別れをする。たとえ短くても、みんなから愛されたと思うことで、家族は苦しみと向き合い、次へ進める」と船戸正久小児科部長は話す。

東京都葛飾区の葛飾赤十字産院では、母親の体や心に起こる変化や赤ちゃんとの思い出づくり、周囲への助言などをまとめた小冊子を渡している。「新しい命が生まれることと同じくらい、命が消えてしまうことも大切にしたい」と助産師や臨床心理士らがケアに取り組む。昨秋からは、定期的に体験者同士が語り合う会も開いている。

同産院の調査では、赤ちゃんの死を告げられた母親は、赤ちゃんとの対面に当初は不安や戸惑いがあるが、対面後は「かわいい」「存在を実感した」などととらえる人が多かった。

「つらいことには触れないようにと赤ちゃんの死は語られずに来た。だが、決して忘れられない。他と比べたり、なかったことにしたりできない。それを周囲も理解し、受け止めて」と同産院の元産科部長で、現在は都内で東峯ヒューマンイズドケアセンターを主宰する竹内正人医師。怒り、罪の意識、孤独感……。「悲しみの表れ方は一人一人違う。その日、その時感じたこと、そう感じたありのままの自分を大切にしてほしい」

母親同士が語り合い、支えあう活動も広がっている。一方で、父親が感情を表出できる機会はまだまだ少ない。役所の手続きや仕事に追われ、気持ちを抑え込んでしまう人もいる。だが、それは悲しみを感じていないわけでも、悲しみが少ないわけでもない。父親の支援も課題だ。

（『2007年2月10日 朝日新聞』）

死産によりわが子の生の鼓動を確かめられなかった母親を癒やそうと、岡山大病院産科（岡山市鹿田町）の助産師や看護師が、立ち直りを手助けする「グリーフケア」を続けている。

死産の悲しみから目をそむける期間が長いと、抑うつ症などに至ることもあるといい、「涙を流して、つらい気持ちを表に出すことが大切」との思いから昨年夏、産科スタッフ約10人で始めた。

スタッフは、胎児の小さな体に合うレース付きのベビー服や帽子を自宅で手作り。「子どもに何かしてあげることができた」と感じてもらえるよう、服のすそや袖を縫う最後の作業は母親に仕上げてもらい、亡くなった子どもに着せる。

わずかな時間でも親子で一緒に過ごした思い出を残したい夫婦には、子どもを交えた写真を撮影するほか、へその緒や、手形、足形を取った色紙も渡す。きちんと弔うことで気持ちを整理するため、スタッフが作ったひつぎには、母親に花やおもちゃを入れてもらう。同大大学院保健学研究科のカウンセラーが相談にも応じる。

これまでにケアを受けた女性は10人を超え、「悲しいけれど別れを受け入れられた気がする」「足形は大切な宝物」との声が寄せられたという。

佐藤久恵助産師は「死産をなかったものとするのではなく、亡くした赤ちゃんについて語り合うことが大切。家族の一員として思い出に残すことが、明日に向かって歩き出そうとする女性を支えてくれる」と話している。

グリーフケアは、1993年から神奈川県立こども医療センター（横浜市）が取り組んでおり、その活動を基に、流産や死産を経験した女性らでつくるボランティア組織「天使のブティック」も発足している。

（『2007年10月28日』山陽新聞）



誕生死のページより

前略

英語では、おなかの中で亡くなったケースを、“STILLBORN”と言います。日本語では単に「死産の」と訳されますが、“STILLBORN”には、「それでもなお生まれてきた」という深い含みがあり、「死産の」という日本語では、あまりにそぐわないと、私たちは感じてきました。

おなかの中で亡くなってしまった場合は、戸籍にも載らず、存在がなかったことになってしまいます。でも、私たちの子どもは、どんなに短い命であろうと、確かにこの世に生まれたのです。たとえ、子宮という小さな世界から、生きて外にでてくることがなかったとしても、あるいは生まれてすぐに亡くなってしまったとしても、私たちにとっては、確かにわが子は“誕生した”のです。

このような私たちの思いをひとことで伝えられる言葉が「誕生死」なのです。

中略

私たちは、わが子を亡くすという体験をした者として、インターネットを通じて知り合いました。というより、インターネットでしか出会えなかったとも言えます。なぜなら、妊娠・出産に関する本は、山のようにあります。でも、それらはみな、無事に出産することを前提に書かれていて、妊娠中の注意事項などには触れていても、おなかの中で赤ちゃんが亡くなってしまった場合の出産については、触れられていませんでした。また、幼い赤ちゃんを亡くした時に、心の支えとなってくれるような本も見つけられませんでした。そのため、私たちは、インターネットで出会うまで、それぞれが言い知れぬ孤独感の中でもがいていました。

これまで、私たちのような体験は、あまり公に語られることはありませんでした。「死」というものについて、どうしても世間は「触れてはいけないもの」「忌むもの」という扱いをします。でも、多くの人が可愛いわが子の話をすると同じように、私たちは、亡くなった子の話を聞いてほしいのです。私たちは、あの子を忘れたくない、忘れるなんてできない、あの子の死をもっと悲しみたい、あの子のことを語りたいと思っていました。亡くなった子の存在にふたをするようなことはしたくないのです。

中略

「完成」という言葉を使いましたが、もしかしたら、この本には「完成」ということはないのかもしれませんが。私たちの心はつねに揺れ動いています。亡くなって、社会的には存在がなくなっても、わが子に対する愛情は、消えることはありません。

何分の一かの確率で起こる病気だったから、事故だったのだから、自然淘汰だったのだから、などと、赤ちゃんの死にどのような理由がつけられようとも、親にとっては、かけがえのない一つの命が消えたという事実に変わりはありません。たとえ、何人子どもがいても、亡くなった子の存在は一分の一です。いくら死の原因に納得しても、わが子の死という理不尽なものを、納得し、受け入れることはできないのです。

でも、時間と共に、新しい気づきもあります。それは、亡くなったわが子が教えてくれた、あるいは与えてくれた「何か」に気づくことです。それがどういうものかは、それぞれの人によってちがいます。そういう小さな気づきを集めていくことは、幸せとも言えることだと思っています。大切なものに気づいていくことで、私たちの心の中で、もう一度あの子の命がしっかりと生まれたと感ずることが出来ます。

中略

若い世代の人には、無事に生まれてくることのありがたさや、命の大切さに思いをはせてほしいのです。生ま

れてくるということは、こんなにも大変なことなのです。2001年12月12日付けの朝日新聞の記事によると、死産は年間3万人、流産は統計はないがおそらく30~40万人になるそうです。私たちは、その中のたった11家族にしか過ぎませんが、医療機関の方には、実際にこのような体験をした家族が、どのような医療を望んでいるか、感じていただきたいと思っています。

私たちは、わが子を亡くす悲しみが、国や人種の違いに関係なく、普遍的なものであることも知りました。外国では、医療者の側から、亡くなった子をきょうだいに抱っこさせたり、家族みんなで写真を撮ったり、形見になるようなものを残したりするように勧めてくれるそうです。お別れの時間を、家族だけでゆっくりと過ごせるような配慮もなされているそうです。日本でも、そのような配慮を尽くしている病院があります。私たちはそのような医療機関が増えてくれることを願っています。

(『誕生死』あとがき 流産・死産・新生児死で子を亡くした親の会・著)

<赤ちゃんを亡くした親にどう接する？>

□つらく悲しかった言葉や傷つけられた言葉

- ・ 頑張って
- ・ 早く元気になって
- ・ また次の子を産めばいいじゃない
- ・ 上の子がいるからいいじゃない

□うれしかった言葉やなぐさめになったこと

- ・ 我慢しないで、すきなだけ泣いていいのよ
- ・ ○○ちゃんのこと、何度でも思い出してあげるから
- ・ ○○ちゃんのこと、絶対に忘れないから
- ・ 一緒に泣いてもらった

(葛飾赤十字病院の小冊子「プレシヤスメモリー」から)

<考察>

『誕生死』の本は、子どもを亡くした母親、父親の悲しみや苦しみなどの思いがつかまって悲しくなった。いろいろ調べているうちに「誕生死」という言葉が造語であることも知った。「誕生死」という言葉には、お腹の中で亡くなってしまっても、それでもなお「生まれてきた」という深い意味が込められている。私は今まで、死産や流産、新生児死亡などのデータは授業などで聞いていたが、ただ数値としてしか捉えたことがなく、子どもを亡くしたそれぞれの母親、父親、家族の悲しみがあることについて考えたことがなかった。一人一人の親、一つ一つの家族によって赤ちゃんに対する捉え方は違い、受け止め方も違う。赤ちゃんを亡くせば、皆同じように悲しみを感じるだけでなく、苦しみや、ついには立ち直れない人たちだっているだろう。そのような親や家族に寄り添っていくことも医療者として大切なことなのではないかと感じる。

親たちは、子どもを亡くした悲しみだけではなく、「次の子を産めばいい」という周りからしたら親切心で言っている言葉や励ましからも傷つけられるのだそう。私はこのことに驚いた。もし以前の私が子どもを亡くした母親や父親と接していたら、「気を落とさないでください。」「また次の子どもを生めばいいじゃないですか。」「早く立ち直ってくださいね。」などと言をかけていたかもしれない。しかし、これらの言葉は母親たちを傷つけてしまう。親は、「一緒にわが子の死を悲しんで欲しい」、「わ

が子の死を忘れないで欲しい」、「わが子についてこれからも語り合っで欲しい」、という希望をもつ。「早く忘れろ」、「次の子を生めばいい」などという言葉かけによってその希望を踏みにじられることになってしまうだろう。残された母親や父親が「亡くなった赤ちゃんのことをみんなに憶えていて欲しい」、「たまには一緒に語って欲しい」と思うのならば、医療者としては親の気持ちを尊重し、亡くなった子どもも「生きていた」、「この世に生まれてきた」ことを大切に、決して蓋をすることなくむしろ積極的に語ることがケアにつながるのだ。

これからの課題は、医療者だけでなく一般の人たちもこのことに気づき、「死」について語ることをタブー視する世の中を変えていくということだ。おそらく多くの人たちが「死産」の実際について知らないだろうし、子どもを亡くす親の気持ちについて考えたことはないであろう。今の社会では「死」とは不吉なもの、忌むべきものという考え方が根強く、「死」について真剣に考える機会もない。多くの人が子どもを亡くした親の気持ちを知らないから、身近にそんな人がいると、知らず知らずのうちに相手を傷つけてしまっている。少しでも多くの人にこのことに気づいてもらえるようになって欲しい。

また、新聞記事の中にもあったが、父親への支援も課題である。死産したのは母親で、病院に入院するのも母親、父親は仕事をしている人が多く、ずっと付き添えるわけではない。父親が病院にいる時間が少ないため、ついつい母親の悲しみの方が深いと思いがちである。父親の悲しみに触れる機会が少ないから見えていないだけで、父親が悲しんでいないということではないであろう。赤ちゃんを亡くした悲しみは母親と同じくらい深いだろう。母親の悲嘆にばかり目を向けるのではなく、父親の悲しみを癒すことで、夫婦で支えあって立ち直ることができるのではないかと思う。

将来助産師を志している者として、「生まれるいのち」だけでなく、「亡くなったいのち」についても目をそらさず、自分に何ができるのか考えていきたい。

(引用文献)

- ・「誕生死」～お空に逝った小さいいのち～
<http://homepage3.nifty.com/angel-book/>
- ・まりもママ - ままとぱぱのページ - 未来のままとぱぱのページ
<http://www.marimomama.jp/mamapapa/mirai/birth.html>
- ・2007年2月10日 朝日新聞
- ・2007年10月28日 山陽新聞

(参考文献)

- ・誕生死～ありがとうをおかあさんへ～
<http://chirorin14.cocolog-nifty.com/>