若者よ! 世界にでよう!

ドイツ日記

～その7: ドイツで出産～

ドイツ連邦
物理工学研究所
山口敦史
Atsushi Yamaguchi

1 ドイツで出産

2013年1月、私たち夫婦はドイツで娘を出産しました。そこで今回と次回は、私たちの体験をもとにドイツの出産風景を御紹介しようと思います。

妻の妊娠が分かったのは、2012年の4月でした。市販の妊娠検査薬で、妊娠を示す印がはっきりと出ていたのです。二人で大喜びしたのもつかの間、これから出産までに遭遇するであろう様々な困難を想像し、不安な気持ちに襲われました。なんといってもここは異国の地ドイツです。二人ともドイツ語がペラペラなわけでもありません。そんな私たちが、本当にドイツで出産できるのだろうか? 心配のあまり、なかなか寝付けない夜もありました。妻だけ日本に戻ってもらい、日本で出産することも考えました。しかし、妻は二人で一緒に出産を乗り越えることが重要だと考えており、そのためならドイツでの出産でも構わない、と強い決意を持っていました。その様子を見て、私もドイツで出産する妻をサポートしようと決心しました。

2 産婦人科の予約

妊娠が分かってまずやるべきことは、かかりつけの産婦人科を決め、最初の予約を取ることです。私たちの場合、産婦人科は事前に決めていました。ドイツに来てすぐのころ、妻はドイツ語の学校に通っていたのですが、そこで知り合った友達から、おすすめの産婦人科を教えてもらっていたのです。その産婦人科は自宅から歩いて10分のところにあり、通院にも最適でした。

問題は予約です。日本なら簡単な電話での予約も、ドイツ語となるとまるで難易度が違います。もしかしたら英語が通じるかもしれないから、ということで、この電話予約は私の担当になりました。伝えるべき文章をドイツ語で紙に書き出し、事前の準備をします。「英語でもよいですか?」これが最初にいうべきドイツ語です。これでだめだった場合、ドイツ語を話すしかありません。その場合に備えて「私の妻が妊娠したと思われるので、予約をお願いします。」というドイツ語の文を用意しておきます。すると予約の希望日を聞かれるかもしれません。そのためのドイツ語も準備します。これらの文章を何度も読んで練習し、いざ電話をかけます。最初に英語の可否を聞いたところ、だれも話せないということでした。仕方ありません。準備していたドイツ語をゆっくりと話して伝えます。理解できない返答が何度か返ってきたものの、とりあえず日時だけはしっかりと聞き取り、無事予約を取ることができました。

ここまで時間にしてわずか数分の出来事です。しかし電話を切ったあとは、予約が取れた安心感もあり、その日はもう仕事を休みにしようと思うぐらいどっと疲れたのを覚えています。

3 いざ産婦人科へ

予約日当日、いよいよ二人で産婦人科へ向かいます。おそろおそろ建物に入り、受付で名前を伝えたのち、待合室で順番が来るのを待ちます。初めての産婦人科、そして当たり前ですが周りはドイツ人ばかりです。私たちはガチガチに緊張しながら椅子に座って名前が呼ばれるのを待っていました。棚にはいろいろなドイツ語の妊娠・育児雑誌が並んでいますが、それを手に取ってながめる余裕などありません。

しばらくして私たちの名前が呼ばれて診察室へ。先生は非常に明るく気さくな方で、少しホッとします。妻が妊娠したらしいことを伝えて、診察が始まりました。そして診断の結果、妻の妊娠が正式に確定します。先生は「おめでとう! 赤ちゃんですよ! 良かったですね!」と、とても喜んでくれました。しかし、私たちの喜び方がどうも控えめだったようで、「本当に分かっています? 赤ちゃんができたんですよ? 喜んでます?」と心配されてしまいました。もちろん私たちもとても嬉しかったのですが、自宅の検査薬で既に妊娠を確信していたこと、そして今後のことを考えるとむしろ不安の方が大きかったこと、何より初めての産婦人科でガチガチに緊張していたことのせいで、せいぜい二人でニッコリ笑顔を交わすぐらいが精一杯だったのです。ドイツ人だったら、おそらくここで涙を流して夫婦で抱き合ったり、飛び上がって喜びの言葉を交わし合ったりするのでしょう。それはともかく、無事に母子手帳も受け取り、これで妻は正式にドイツの妊婦になりました。

4 安定期のいろいろな出来事

そんな私たちも、数回通院しているうちに、だんだん産婦人科の雰囲気慣れていきました。待ち時間に育児雑誌をながめる余裕も出てきました。妻は、しばらくつわりに悩まされていましたが、安定期にはドイツのマタニティーライフを楽しもうと思えるほど気持ちに余裕が出ていました。以下では、この時期の出来事で印象に残っているものをいくつか御紹介しましょう。

まずは羊水検査です。これは、妊娠の初期に注射針で羊水の一部を取り出し、赤ちゃんの遺伝子を調べる検査

です。いろいろと倫理的な議論のある検査であることは分かっていた。しかし、赤ちゃんの状態を正確に知っておくことは意味があるだろうと考え、また先生が強く勧めていたこともあり、受けることに決めました。ドイツでは35歳以上の妊婦は無料で羊水検査が受けられますが、妻は35歳以下だったので、費用は全額自己負担でした。

いよいよ検査当日。インターネットで日本の羊水検査の様子を調べると、検査後数時間は絶対安静と書いてあります。そのため、私は時間をつぶすための本を持参していました。先生の手際の良さは見事の一言で、検査自体はあっという間に終わりました。そして、これから数時間は動けないと思っていた矢先のことで、先生が部屋に入ってきて、「2～3時間後に赤ちゃんに問題ないかもう一度調べるけど、それまで隣の喫茶店でコーヒーでも飲んでくれば？」とのアドバイス。動く、そしてコーヒーを飲む、やってはいけないと信じていた二つのことを勧められてびっくりです。しかし、先生がいうのだから大丈夫なのだろうということで、おそるおそる喫茶店まで歩いていき、特大のアイスクリームがのったドイツのアイスコーヒーを二人で満喫しました。念には念を入れて安全を重視する日本とは対照的に、致命的にならないかぎり自由にやらせるドイツ、両者の考え方の違いを垣間見た気がします。

さて、ドイツで出産する場合、普段通う産婦人科と出産する産院は基本的に別です。先生もそれぞれ別なのが一般的です。したがって安定期に入ると、見学会などに参加して出産する産院を自分で探すことになります。私たちの場合、先生が産院の先生も兼ねていたのでその手間は省けました。それでも先生の案内で、事前に産院の分娩室を見学する機会がありました。分娩室はとてもゆったりとした部屋で、分娩台のほかに、水中出産もできるように小さなプールがついていました。また、生まれたての赤ちゃんが驚かないようになのか、天井のライトの光量は非常に抑えられていて、全体的にとっても落ち着いた雰囲気の部屋でした。

私が一つ疑問だったのは、産院の予約をどのタイミングで取ればよいのか、ということでした。予定日の1か月前なのか？直前でよいのか？実際に聞いてみると、予約など必要なく、生まれそうになったらいつでも来てよい、とのことでした。日本では産院の予約を取るのはとても大変だと聞いていたので、予約など関係なくいつ来てよいという大らかなシステムを知って、気持ちがとても楽になったのを覚えています。

この見学会のあと、私たちを担当してくれるヘバメ（助産師）を決めました。ヘバメは分娩をサポートするのはもちろん、出産前から出産後まで妊婦のどんな相談にものってくれる心強い味方です。出産後には、赤ちゃんの成長を確かめ、新米の母親に育児のアドバイスをするため、家庭訪問もしてくれます。ドイツでは、安定期になるとヘバメも自分で手配するのが一般的だそうです。しかし私たちの産院では、先生から候補のヘバメを紹介されました。二人ともその方を気に入ったので、そのまま担当になって頂きました。このヘバメは、週一回、妊婦のための母親教室を病院で開いていて、妻は毎週参加していました。残念なが

ら、父親はこの母親教室には参加できません。そのため、具体的な授業内容は妻から聞くしかなかったのですが、ヨガのような妊婦体操、赤ちゃんがどうやって産まれてくるのかについての詳しい説明、赤ちゃんのお風呂の入れ方、予防接種について、など多彩なプログラムだったようです。

陣痛開始、そして病院へ

5

さて、気づけば安定期も終わりを迎え、あっという間に臨月です。いつでも入院できるように、入院グッズを準備してスタンバイします。入院するタイミングは、陣痛が10分間隔になるか破水したら、とヘバメにいわれていました。しかし、私たちにとって問題だったのはタイミングよりも、どうやって産院まで行くのか？ということでした。私たちは車を持っていません。当日は破水している可能性もありますし、深夜に陣痛が来る可能性もあるので、公共交通機関も使えません。となると選択肢はただ一つ、タクシーしかありません。そこで臨月になる前に、ブラウンシュバイク（私たちの住んでいる街）の五つのタクシー会社の電話番号を調べ、いつでも電話をかけられるように携帯電話の電話帳に記録しておきました。

しかしタクシーを呼ぶとなると、更にもう一つ難関があります。それは“R”の発音です。私たちの自宅の住所にはRoggenkampという地名が含まれています。これを日本語のように平坦にローゲンカンブと発音しても、まずドイツ人には通じません。ドイツ語の“R”は巻き舌ぎみに発音します。つまり、ルォーゲンカンブ、と最初の“R”を大げさに巻き舌にする必要があるのです。私の発音が正しく通じることを確認するため、そして本番に備えて万全を期すために、安定期の最後に二人で家から産院までタクシーで行ってみる、という予行演習をしました。幸い、タクシー会社には英語が通じます。予行演習では問題なく住所を伝えることができ、無事産院までたどりつけました。更に、本番当日にいざ乗ろうとしたらタクシー代がないという事態にならないように、十分なお金を封筒に入れてタクシー代として確保しておきました。これで、産院に行く準備は完璧なはずでした。

予定日を2日過ぎた日の深夜、いよいよ陣痛が始まりました。10分間隔になったのを確認し、ヘバメに電話して産院へ行くことに。満を持してタクシー会社に電話をします。しかし、なんと練習したはずの“R”の発音が1回で通じなかったのです。ここで“R”の発音が通じないと、妻と産まれてくる子供の命にかかわります。恥ずかしいなどといっている場合ではありません。2回目は、大げさだと思われるぐらいの巻き舌で、ルルルォーゲンカンブ！と発音し、やっと通じました。正に危機一髪です。

そのままタクシーに乗って、産院に到着。産院では、早速ヘバメによる診察が始まります。陣痛は10分間隔ではあるものの、まだまだ弱いようで、すぐに出産にはならないといわれてしまいました。結局、妻はそのまま入院し、翌朝また診察を受けることになりました。ここから更に丸一日かかり出産に至ったのですが、この続きは次回にしたいと思います。