



インフルエンザ

私が妊娠中の冬に、インフルエンザが大流行！！

私はなったことないけど、今年の新型はうつつもり。

学校閉鎖とか多いみたいで、間近に実感してきました。

妊婦はうけてもいいのだろうか・・・。

ちょっと、データないし不安。

ちょっと一、勘弁～って感じで、

予防接種をうけていいものかわからず不安でした。

『そろそろ、受けれる体制になってきましたね。』

と、ニュースではインフルエンザのことばかり。

ワクチンが足りないため、妊婦は優先だったのですが・・・

それでも、予約できず・・・><

でも、なんとか知り合いのドクターに連絡をとって、

受けさせてもらえました。

まだ毎日仕事だし、インフルや風邪の人には出会いたくないよね～😞

接客業だから気をつけなきゃ。

まだ安定期にもは行ってない、初期なんですけど・・・

特に今から妊婦だからインフルがうつったら怖くって😞

どうしようもないけど、職場でマスクは大量に用意して、マスクでの外出も気をつけて、

病院に行くときも総合病院だから、人いっぱいだし・・・🏥

のどがちょっと痛いけど、うがいでなんとかがんばってます。

マタニティブルー

ちょっと、妊婦になってからというもの、

なんかやる気がおこらないなーと思っていた今日この頃、

マタニティブルーという言葉をしりました💎

あ！！これだ！！っておもいました。

落ち着かない、食べ過ぎる、気分が乗らない・・・

でも家にじっとしてるよりは、仕事出たほうがいいんです。

仕事中は忘れてるから👉👈

でも、もっと楽しくしたい——👉

って日々考えてます🤔

何をどうやって楽しくしたらいいのかしら・・・💡?

なにか仕事中に楽しくなるようなことを考えよう🤔

・・・あ、新型インフルうったから安心❤️

やっと、おなかが・・・

やっと、おなかがでてきた～😅



てか、大きいし、早くない??とかおもったけど・・・

最後の2ヶ月で大きくなるんかと思ってたから、

いまでてくるな～と、日々葛藤。

もう、2週間置きに病院だから、まだ実感わかないけど、

あとは1日苦しむのみだ～。

できることなら男性に産んでもらいたい😅

最後にすごく大きくなるだろうと思ってるけど、そうなったらいつ陣痛がはじまるんだろうと、

思う毎日かも😅鼻からスイカとか、

腰を思いっきりハンマーで殴られたような感じとか、

股にトラックが突っ込んでくるような感じとか、めちゃくちゃ痛そうで恐怖です😅

早く産んで楽になりたい・・・

ほぼ女の子・・・??

本日、産婦人科へ行ってきま～す👩🏻➡️

ここ2回お腹の上から見てもらったけど、どっちはっきりしない🤔

おそらく女の子でしょう・・・と、やっぱりはっきり知りたいな～と、

思う今日この頃です🙄

寅年、2010年生まれ。どんな子にあえるんだろう・・・💕

あと3ヶ月👶👶

お店でもお客さんにお腹さわられたり、どう～??とか話かけられる

機会多くなりました。お腹大きくなったけど、身体はまったくしんどくありません🤔

それが、良かった。ゆっくり休んでね～なんていわれても、ゆっくりなんて出来ない🤔

動いてるほうが、楽しいし、ぼーっとするのは、ご飯後によくソファで仮眠してる。

眠たいときに寝たいから、そういうときがゆっくり～なのかな。。

最近気づいたのが、ぎりぎりに産婦人科行くより、30分前にはいったほうが、

あまり待たされない。1, 2時間待ちとか、超しんどい💧

でも、ここ2回くらいはや～くいったら、早く呼ばれて待たされないんだよねっ

とうことで、今日も早めにいってやろう🤔

入院

只今入院中。

妊娠糖尿病でインスリン注射をはじめる為の一週間の入院だったはずが、切迫早産の点滴をはじめることになり さらに 長引いてる 🤔👉

24時間ずっと点滴は嫌だあ

毎日 先生に いつ外れますか？いつ退院できますか？って 聞くもんだから、先生も

まあまあまああって...f^_^;👉

こんなに長い入院は初めて。

毎日 ひまというよりは 検査が多い 🤔

意外に忙しいのねー

あ、さっき旦那からメールで

注文してた印刷のきてたよ！袋詰めしとくね！ポケットティッシュになってるけど そのまま入れとくね！

ってきてて。

えー！！

間違えた！！

わたし ポケットティッシュの印刷の大きさなだけなのかと思ってたから ティッシュごと くるなんて(ノ△T)

ま いいや、ティッシュは 家で使おうとf^_^;

ひとまず、退院

ハイリスク出産で、いろんな意味で恐怖ですが・・・。

私は、16日間入院していました。

そして、昨日退院しました。34週以降は赤ちゃん産まれても大丈夫ということもあるようで・・・。

そもそも入院する理由は、妊娠性糖尿病の疑いで、1週間検査入院でインシュリンの注射をはじめましょう！

ということでした。

血糖値を1日7回計り、自分で自分のお腹に注射をし、はじめはとても怖かったです><

でも、次第になれてきたのですが、入院中にいろんな検査をし、検査をするたびにひっきり、貧血くらいならいいのですが、子宮のなにか炎症もあって、数値が通常1.5以下でないといけないところを、18という高い数値で、薬を子宮に1週間毎日入れ、洗浄もしてもらっていました。

そのほかに、子宮の入口の長さがいまの時期にしては短い2センチだから、筋肉をやわらかくする点滴をはじめましょう～と、さらに入院が長引き、24時間毎日点滴をつけていました。

そして、さらに、血液検査の結果、血栓になりやすい体質ということもわかり、今から手を打つ手段はないから、出産後にすぐに血をさらさらにするお薬をはじめましょう。といわれました。突然死の可能性ありのようで怖い。。

そういうのもあって、私はハイリスク出産になるようで、まだ早産のほうがよいとのことでした。

糖尿は、巨大児になりやすいとも言われました。でもいま、まだ2100gくらいです。

普通のようなですが・・・。これからが、わかりません。。

早く産みたいような、でも子宮の長さがなくなったら、赤ちゃんに感染する要因ももってるし。。

難しいところです・・・><

大きな病院に最初からかかっていたことが救われました。

あとは、極度の痛みが怖がりなので、陣痛、分娩両方ず～っと恐怖を抱えています。

そこで、陣痛のときに何を想像したら良いとか。あと、陣痛より痛いツボってないのかなとか考えていました。

病院入院中に苦しんでる人、何人も見てきたから、毎日息がとまりそうでしたよ🙏

同じ病室だった人からのメール

産めましたー！！

と、さっきメールが来た。

その人は、切迫早産で1ヶ月以上、病院のベッドの上で寝てすごし、

どこへ行くのも車椅子でした。

私が来たときには、もう1ヶ月もシャワーは行ってなく、毎日からだ拭きだよ・・・。

とってたし、個人病院から急遽、救急車で運ばれてきてから、入院だったので、

なんにも準備ができていないようでした><

毎日話ししてたから、お互いの病状もわかってたし、私と1週間しか予定日がかわらないのに、

もう産まれたなんて・・・。でも、切迫早産の点滴を外すと、急にお腹張ってきて、

翌日には産まれちゃうって人も多いみたい。

でも、本当はその人今日退院予定だったのに、朝7時からお腹痛くなってきて、

念のため診察したら、子宮口全開です！ってなって、8時半には産まれたみたいで・・・

2度目の出産ってのもあり、超安産💎

元気な女の子、母子ともに無事でおめでとー💕

毎日寝てるのが怖い・・・

毎日、寝てるときに、気づいたら足の習った運動をしないと。

って、意識しています🙄

ずっと、同じ体勢ではいけないし、もし寝てるときに、

身体の特に足にむくみや痛みを感じたら、

怖くなって目が覚めます><

今日も、右ひざが————、まげても伸ばしてもしばらく痛くて、横になったまま治して、

起きました🙄妊婦の血栓症怖いですね～🙄

検診は2週間おきに

今日はあさ10時から妊婦検診に行ってきました。

今後週2のペースで病院へ検診に行きます。

3時過ぎにおわったよおおー————

長かった、疲れた。

もう、少々動いてもいいけん！って先生からの言葉を聞き、

今日は、職場へタクシーで向かいました。

夜8時まで無理しないように、ゆっくり～がんばります！

やっば、来たら手伝いたくなるよね・・・。

また入院

今度は 低血糖。

妊娠中は 原因不明なことが おこってばかりだ(>_<)

注射とか大嫌いなのに 入院していると 毎日のように採血あるし...

あと さっき先生がきて 早く産みたい?とか聞かれちゃった。

体調安定しないから早く産むように 促進剤するようになりそう。

でも そのほうが安全なのかな~と思ったりする今日この頃です。

今日は 内科と骨盤レントゲンとるみたい。

どうか痛みがあまりなく安産でありますように...

いよいよ

今朝 内診をして 11時から 1時間おきに プロスタグランジンE2という 内服剤を一錠ずつ飲みはじめてみる。

これは 陣痛促進剤だけど 軽いみたいで、安心👌

今日からずっと産まれるまでお腹にモニターつけてるみたい。

夕方から 今度は痛みもあるという みずふうせんみたいなのを子宮入り口に入れていく。

それがちょっと怖い...😬

そして明日から 点滴の促進剤で 6ミリずつ入れていくみたい👌

いよいよだと思うと ドキドキ👌陣痛痛みの 逃しかたとかばかり 考えてる👌

もうこうきたら、頑張るしかないや

それにしても 今日 あっっ〜い💦💦

あ、赤ちゃんの名前 まだ迷ってる💦産まれてきたらなんて呼ぼう...

風船入れました

いま 内診 行ってきて みずふうせんみたいなのを入れてきました。

かなりガチガチに緊張して 何回もお尻を下にだら〜っとつけてね〜と言われました。

声も足も震えてて💦

息もなんかつまりそうで...

気分落ち着きましたが、いま 下腹ちょっと痛い🤢

手にはボコボコした握りしめるの持ってたから 先生に何もってるん？って笑われました。

だって一、怖かったもん〜💦

明日から点滴かぁ💧

点滴の本格的に突入

今朝 シャワーを浴び、いざ内診へ。

バルーンは抜けてはなかったけど 順調に子宮口がやわらかくなってきてる様子。

いま3、4センチくらいで 点滴を始めたら7センチくらいには開きそう！
とのことで10分前から陣痛室に移動して 点滴をはじめました。

まだ痛みはなく 余裕な感じ 🍷

30分ごとに 6ミリずつ促進剤を増やしていく 🌊

今日中には 産まれそうかな...💕

痛みも赤ちゃんとの分裂痛だ 🍷 頑張ろう

ま～だまだ余裕

いま 促進剤の点滴数 48 ↑

まだ 余裕だなあ 🍷

母と一緒に陣痛室でずっとしゃべってて母が ベッドで横になり私が椅子に座り... 🍷👉

私 横になってたらあまりお腹張らないのよね～ 🍷

だから 少し動かなきゃとか思うけど、いつ陣痛来るのか まだ不思議 🍷

陣痛促進剤

夜9時半くらいからようやく張りとともに痛みもでてき、内診で子宮口6～7センチ。

もう一本点滴を追加しましょうかね？と先生に聞かれる。

えー！先生が決めてよ！といつも思う。

先生に、普通はどうなんですか？ってきいたら、普通はもうこのままいくよ！
と言われ、その時の夜勤の先生と助産師さんを見て、
よし！この人達に任せよう！と一瞬で判断をし、宜しく申し上げます💡と言った。

内心、一旦痛みを止めて明日にしようかなとも3割程度考えていた💨
だって怖いんだもん🙄

味わったことがない痛みがこれから来るのかぁ...

助産師さんにつれられ内診室から陣痛室へ戻る途中、待ってと💡私。

廊下で痛みと数秒絶え、歩いて部屋に帰る。

陣痛室へ戻り、旦那も待っていた。

旦那はわたしのお腹についてる電波を飛ばす機械のモニターの数字をみては、
痛いと言う私の数字がわかってきた様子。

初めの頃の痛みは陣痛の合間はかなり痛くないので、
座って休憩。きたきた！と思ったら立ち上がって息をふーふーと吐いて耐える。

旦那はなにも勉強してきてなかったからあとから聞くと正直どうすればいいんか焦った💧
旦那さんはこうしてあげてください。
と、一瞬助産師さんに教わった腰の押し方だけ。

その力のいれようが逆に痛い💡
痛い！もう少しゆるく、いやもう少し強く。

全く私の助けにはなってない。
もうなんでもいいやと思いそのまま腰をやってもらった。

本当は腰より下腹が痛かった。
腰は強く押された縦の線が痛い。

産後いまでもその皮膚の痛みはある... 旦那の指も水膨れみたくなったらしい💧

陣痛室で約2時間。

だんだん強くなるまえに私は持ってきておいた握るグッズ。
各ペアごとに、次の陣痛ではこれを握ってみようとあれこれ持ち替えた。

テニスボール 違う。

ボコボコボール いや違う...

手の指圧押しこれも違う...

コロコロマッサージ

こりゃ握りしめたら手が血だらけになるくらい小さい突起だ💧

で結局 たまたま実家へ帰ったとき おばあちゃんの部屋にあった手作りのような布に
小豆かなにか入ってるような細長いぼう。

お母さんにこれ何に使うん？と聞いたらおばあちゃんの握力かなんかの練習の握るやつよ。

じゃあ もらうね👆

本格陣痛

その布の握り棒を握りしめた。

きたきた！

といっちはまっすぐ立ったまま お腹の前で握る。

手は汗だく💧

あ～布で良かったとあとからつくづく思った。

その後も陣痛室で痛みとの葛藤が続く。

きた！とわたし。

きたね!!と 旦那。

きたね！と旦那の言葉に 私がきた！っていうけ 言わんといて。

となぜか 勝手に言われるのがいやだった💧

でも その後も旦那は忘れて、きたね。という...(>_<)

もう いいや...💧

私は陣痛室でいつでも分娩室へ移動できるようドアの近くで立っていた。

次第に ふーふーの息だけを出すのは ムリになり、泣き声のさらに震え声のような呼吸法に変わっていった。

でも 呼吸法に集中した。

その震え声を聞いただんなが どうしていいのかわからず、大丈夫かって ちょっと笑い交じりに言った。

またそこで笑いが気になって もう笑わんとして💧

とわたし...

そんなやりとりの中いきみみたいのも次第に多くなり だんなにナースコール呼んで💧とボタンを押してもらった。

助産師さんがきて じゃあ旦那さんちょっとでとってもらえますか？ と。

わたしの子宮口の大きさをベッドの上で確認をした。

うん いい感じですね！じゃあ分娩台へ移動しましょうか。

やったあ👏👏と思いハイ👏

やっと産める いきんでいいんだあ...

と思ったのもつかの間。

わたしを分娩台へあげたあと その助産師さん1人が準備にとりかかる。

えー、まだ絶えるのー。

必死に呼吸法をがんばる。

旦那さんはどうされますか？と聞かれ、いいです！と応える。

先生の言われる言葉に集中したかったし 旦那の言葉が耳に入ってきてても気がちりそうだったし💦

しばらく絶えてる間に先生になにやら連絡している。

まだなのでまたあとで電話します！

といい まだまだ準備にとりかかる。

さらにそんな中、毎日7回はかっていた血糖値を測るという...

部屋から 測定器を持ってきてわたしも指をだす。

パチッと針でいつもの血糖値測定。

こんなときにまで...

すぐに自分の握り棒を持った。

常に頭の中は冷静ではあった。

そんな中またまた助産師さんが そういえば旦那さんはどこ行ったかいね？

ちょっと呼んできます。

と出て行った。

あの陣痛室から 子宮口のチェックのときに、

旦那さんは出て行って下さい。から ずっと 廊下へ出て行ったままだった...💦💦

産まれた？！

なにやら 旦那の声が聞こえた。

中に入ってもいいですか？

と 聞こえたので、いや部屋で待っという！

とすかさず言う。

それから 看護婦さんも1人きて、先生もようやく来て 三人体制の様子だった。

前日から 寝れてなかったわたしは 目を開けておくのもつらく ずっとつむっていた。

ふーふー、ふーふーよ！と 横で 助産師さん。

何回かに一回しか うまく息だけを吐けないわたし。

どうしても声交じりの呼吸法に...

痛いとかは いわなかった。

痛いという言葉がなんかあわなかった。

こういうときって 人格変わっておらぶひともいるらしいけど そうはならずで良かった🐱

まだいきまないよ！と何回も言われる。

そんな中、呼吸法もできなくなってきた。

うっ、あっあー、うっ とか 例えるとしたら、
お腹をグーでパンチされ うって出る声 プラス 思いっきりお腹が勝手にいきんでる感じ。
自分でこればかりはコントロールがきかない。

その頻度も多くなり先生が じゃあいきんでいいですよ！という。

息をすって止める！ ウーッ(>_<)
声も止めて👄

と言われ、感覚がすぐにつかめた。

と同時に勝手にお腹がいきむタイミングと自分の息をとめて、いきむタイミングがあわないと力はいらないんだとすぐにわかった。

いま思うと、意外に冷静な判断。

いきむタイミングのときにまるでアニメのような光景が目に入った。

小さい先生がトコトコと歩いてきて横の台にトントンと上り、両腕でググッとわたしのお腹を押す。

二回くらい行った。
それが力が思いっきり入って気持ち良かった。

先生はまたトコトコ戻り、できるだけ、ながーくいきんでーと言っている。

おへその方をみて！見えません！！

ベッドの角度あってる？と看護婦にいい、背中もう少しあげて腰をさげてあと握り棒は持ってる？

あ 持ってないとおもい、鉄の握り棒に持ち替えた。

わたしのイメージトレーニングでは3回いきんで産んでやるぞ👊
というイメージしていた。がとうてい3回で出てくるわけがない...💧

それでもいきみはおそらく10何回じゃないかと思う。

そうして頑張ってる間にもう力抜いて下さーいと二回も言われようやくなんのことだかわかった。

頭が見えたのかあ...いやもう全部出てた👉

ありゃ💧

気づかなかった💧

そりゃ目をしっかりあけずにつぶってたからだ。

産後

0時16分に出産し、3006gの元気な女の子を出産。



産後すぐに、母子同室。

かなり疲れてるから、旦那にも泊まってもらった。

そして、その日の午前中、ばてばてな私をゆっくりさせてはくれない><

なんと車椅子で、病院内のCT検査で、点滴から造影剤を投与し、

血栓の疑いを調べた。

ま、結果何もなかったから良かったんだけど、

全身疲れきってた。

3日後

朝起きたら、なんだか胸が張ってる。

いや、痛いくらいに張ってる。

いやいやなんだ？破裂しそう。

と思い、鏡を見ると、

ポーンっ！！！！

これは、なんだ！！！！

まるで期間限定ではあるが、叶姉妹だ！！

でも、痛い><

そして、助産師さんに相談し、部屋でおっぱいをタオルで搾ってもらう。

これが、超痛い！

涙をこらえ、いや、ちょちょぎり、必死に1時間堪えた。

3ヵ月後

産後は、自分の時間がなかなかもてず😓

こんなに大変だとはおもわなかった💧

とても子供はかわいいんだけど、イライラしたり不安定だったなー😓

でも、もう大丈夫👍🙌

3ヶ月たつと、落ち着いてきて、、、

かならず抱っこして寝てたんだけど、1日中離れることが出来なかったけど、

いまは、自分の指をおしゃぶりしてます。

だから、泣きが減ったかな。相変わらず、ねくじはひどいけど👊

すんなり眠れないものだろうか・・・。

いまは、むこうのほうでおしゃぶりの音が聞こえてきます😓

そろそろ、泣かれるかな・・・ふう💧

