

新連載 メキシコでの出産

(1) 医療システム、健診、分娩法

海外出産・育児コンサルタント
Care the World 代表
ノーラ・コーリ

メキシコは開発途上国に属するかもしれませんが、しかし、貧困層が大部分をしめる中、富裕層は技術や設備においても先進国に劣ることのない医療環境に身を置くことができます。そのため、駐在員家族としてメキシコの大都市に赴任される場合は最新の医療環境でお産に臨むことが期待できます。

今回のシリーズではメキシコの富裕層が受ける医療と現地の一般市民が受ける医療と比較し、さらに日本でのあり方も見ながら、日本人駐在員がメキシコの大都市でお産を迎えるにあたって、どのような心構えが必要かに焦点を当てます。実際に現地でお産を体験した日本人のご家族のインタビューおよび筆者の見てきた現地の医療現場を通してシリーズを進めます。

【 医療システム 】

病院は大きく分けて3つあります。まずは公務員用の病院、次が労働者用の病院、そして最後は私立病院です。私立病院は大都市を中心に存在しますが、ほかの病院はたいていどのような地方の町にもあります。

現地の一般市民は無料で医療を受けられる制度に属しているため、お産においてもその制度を利用すれば費用はかかりません。ただし、受診できる病院が指定されていたり、混雑は免れません。朝早く出向いても、その日のうちに診てもらえないこともあるほどです。また総合病院では研修医が多いので、定期健診や分娩の際、研修医に当たる確率が高くなります。

このようなことから日本人駐在員家族のほとんどは現地の富裕層同様、私立の総合病院とプライベートクリニック両方を利用しています。これら私立の施設は費用が高いものの、予約制が取り入れられ、丁寧な診察が期待できます。そして診察料は自費ないしは民間医療保険でまかなわれます。妊娠中の定期健診はプライベートクリニックのドクターにかかり、分娩は私立の総合病院で行います。ちなみに予約制度は分娩を行う病院にも適応されます。

なお、ドクターのかかり方も日本との違いがあります。日本の場合、ドクターAはたいてい一つの医療機関に属している場合がほとんどでしょう。しか



ABC Medical Center の外観

し、メキシコでは一人のドクターが午前中はAクリニック、午後はほかのB病院、さらに手術が予定されている場合は提携しているC病院に出向くというようにさまざまな医療施設で働いている場合があります。このようにドクターとの連絡もさまざまなので、メキシコにおけるドクター制度も理解した上でお産に臨む必要があります。

【 妊娠中の過ごし方 】

ウィルスや細菌性の病気にかからないように日頃の健康管理には、とても注意が必要だと言われています。日本では腹帯をしている人もいますが、メキシコでは日中40度近くにもなる暑い時期もあるので、暑すぎるということでした。またタクシーの多くがマニュアル車のため、発進や停止時にからだは前後に激しく揺さぶられてつらかったと訴えている方やたがたした路面の影響で車の振動がきつかったと訴えている方もいました。そのため、タクシーでの外出を控えるようにドクターに伝えられた方もいました。

メキシコでは妊娠中の女性にまつわる言い伝えがいくつかあります。現地の人たちと交流を持つ機会もあると思いますので、以下のことを心得ておくといよいでしょう。ひとつは妊娠中の女性は死に関することすべてに関与してはいけないと言われていています。たとえば葬式に参加したり、埋葬に立ち会ったり、墓地を訪問したりすることは許されません。

また熱い風呂や冷たい風呂は避け、ぬるま湯に入るように勧められています。それは熱い水は循環器に影響を及ぼし、熱は胎盤を焼く、赤ちゃんがいらだつからだとも言われています。冷たい水は関節を固くし、難産を招くからだと言われているからです。



出産前の代表的なイベントとしてベビーシャワーがあります。これは友人、会社の同僚や家族が臨月の妊婦を囲んで開くパーティーです。食事やゲームを楽しみ、最後に赤ちゃんへのプレゼントを披露します。

Photo by Aki さん

同僚に囲まれてのベビー・シャワー・パーティー

【 ドクター選び 】

民間の医療保険に加入している場合はドクターの選択肢が増えます。日本人の場合はたいていプライベートのドクターを選んでいきます。しかし、日本語を理解するドクターはたいへん限られているため、英語を理解するドクターおよび自然分娩をサポートするドクターを選択基準としていました。スペイン語しか話さないドクターを選んだ場合は、健診のたびに通訳といっしょに行った方もいました。ドクターの中にはメールでの問い合わせも受け付けていて、英語を話すより書く方が得意とする方々には人気がありました。出産準備教室もありますが、現地の人を対象であったり、英語による指導では参加することをためらっていました。そのため、直接ドクターに不安なことやわからないことを聞いていま

した。

【 定期健診 】

このようなドクターのもとでの健診は比較的自由であるという印象を受けました。たとえば超音波検査は基本的には2回のみであっても、希望をすれば毎回見せてもらえたり、超音波の画像を記念に渡してくれたり、ムービーを取ることを許可してくれたりもしています。体重の増加については日本ほど厳しく管理されないのがメキシコの特徴です。それは昔から妊婦はたくさん食べるべきという考えが浸透しているためようです。

定期健診の間隔はプライベートドクターにかかっている場合、日本とあまり変わりません。ただし、測定はおおざっぱで、洋服を着たまま、靴を履いたまま体重計に乗ります。また子宮底や腹囲を測ることはありません。現地の人の場合、特に地方の公立病院ではさらに健診内容が粗末で、体重、血圧などの基本データすらとらないドクターもいたりするようです。国としては妊娠期間中に5回の受診を勧めていますが、中には出産時に初めて受診する人も多いようです。

なお、妊娠中にレントゲン撮影と聞いて日本人は不安を抱いていましたが、状況に応じてそれも必要な場合があるかもしれません。

【 薬 】

薬においてはビタミン剤、葉酸、カルシウム剤、貧血気味であれば鉄剤が処方されるのが一般的です。つわりがつらいと伝えたら、吐き気を抑える薬が出た方もいました。病気にかかるとさらに薬が出されます。妊娠後期に入っておなかの張りがあまりにも気になる場合、おなかの張りを緩和する薬が出た方もいました。日本では妊娠中の薬は極力控える傾向が強いので、メキシコ在住の日本人妊婦さんは薬が出されるたびに胎児への影響を恐れ、不安をいただいていた。そのため、毎日でなく期間をあけて服用したり、なるべく普段の食事から必要な栄養素を取るよう努めている方もいました。



薬の成分においても、日本では禁止されているような薬がメキシコではまだ処方されていることから出された薬をすべてネットで調べ、安全性を確認している方もいました。また、薬の効き目は強いという印象を多くの方が受けていました。

Photo by Nora Kohri

薬局の外観

【 検査 】

日本では病院内で検査が行われることがほとんどですが、メキシコではドクターが出す検査の処方箋を持って検査専門所に出向きます。大きな検査機関によってはいくつかの支店があるので、家から近いところ、あるいは買い物や通勤ついでに便利なところを選べます。事前準備が必要な血液検査、尿検査、糖尿検査などは定期健診の日には必ずしも行われず、自分の都合にあった別の日に予約を取って受けます。検査によっては朝食抜きで来るように言われたり、朝、シャワーは浴びてもよいがその後トイレにいかずに検査機関へ出向くようにと伝えられたりすることもあるので気をつけましょう。検査機関によっては検査時に番号が渡され、5、6時間後に検査結果をネット上に載せて知らせているところもあります。なお、検査結果は処方箋を出したドクターのもとにも自動的に送られますので、次の健診の時に結果についての説明を受けます。



検査機関

【 分娩法 】

開発途上国であれば自然分娩が主流だと思われがちですが、富裕層の場合、私立病院で出産をすることが大半なため、医療の介入が目立ちます。日本人の間では帝王切開を好む医師が多いといううわさが流れているため、あえて自然分娩をサポートするドクターを探しています。そしてそのようなドクターを探すのはむずかしいと伝えられていました。それは自然分娩をサポートすると言いながら、いざお産が近づくと帝王切開を勧めるケースがあるからだそうです。実際帝王切開率は高く、特に富裕層に目立つ印象を受けました。

さらにこのような病院では無痛分娩を選ぶ患者も多く、日本人も多くの方が無痛分娩を希望していました。夫立会いのもとでの分娩は私立病院であればたいい希望が通ります。ただし、公立病院の場合は夫立会いを許可していないところが多いようです。また、地方では家庭分娩もあり、そのような場合、10人くらいの人たちがお産に立ち会うようです。

陣痛促進剤の使用も私立病院では多く、ドクターのスケジュールの都合で計画分娩が行われたという印象を受けた方もいました。なお、現地の女性の場合、最後の子どもを出産した直後に不妊手術を受けるのが一般的です。

【 お産に向けての準備 】

< 病院への予約 >

お産が近づくと予約センターに出向いて、出産をする病院へ入院予約手続きをします。この手続きは大切で、これを怠るといざお産で病院に出向いてもカルテはできていない、ドクターには連絡がつかないという事態が起きます。

手続きの際は夫婦ともにそれぞれの正式名を聞かれます。日本では姓名だけですが、メキシコではファーストネーム（名前）、ミドルネーム、旧姓、母方の名前、ラストネーム

(名字) というようにいくつかの名前が正式名として登録してあります。そのため、日本人はそれらを細かく聞かれて戸惑うかもしれないので心得ておきましょう。

< 前払い >

また、入院予約の際には、基本料金を前払いするのが一般的です。入院前の支払いはあくまでも入院費用および処置材料費を含む基本料金です。産科医や麻酔医などのお産にかかわる医療スタッフへの謝礼は別途となります。しかし、この基本料金を一度に払えない家庭もあるので、入院までの期間に残金を分けて支払う分割システムもあります。

< 新生児用品 >

新生児に必要な製品はほとんど現地で調達できます。ただし、こだわりがあったり、質を求めるのであれば日本から取り寄せるとよいでしょう。日本人ママが日本から取り寄せたものとしては赤ちゃん用綿棒、ガーゼハンカチ、清浄綿、新生児用前開き肌着、哺乳瓶洗浄ブラシなどがありました。