

メキシコでの出産

(2) お産、入院生活、出生届

海外出産・育児コンサルタント

Care the World 代表

ノーラ・コーリ

【 お産 】

陣痛の間隔が定期的に来るようになって、おなかの張りが長く続くようになるとお産の兆候です。日本では10分間隔になったら病院へ来るようにと一般的には言われますが、メキシコでは30分間隔になったら病院へ出向くように一般的には伝えられます。実際に陣痛の痛みがなくても、おなかの張り具合が30分毎に来るようでしたらドクターに連絡を入れるとよいでしょう。ただし、住んでいる場所から病院までの距離、渋滞状況なども考慮してください。

病院に着いたら妊婦は陣痛室、あるいはお産の進行が早ければ直接分娩室へ運ばれます。付添人は受付で入院の手続きをします。入院のための予約票を忘れないようにしてください。この時に病室を選びますのであらかじめ調べておきましょう。

陣痛の間はさまざまな過ごし方を選べます。たとえば煎じたハーブティーを飲んで陣痛を促進したり、マッサージをしてリラックスしたり、ゴムボールの上にタオルをかけてシャワーの下で飛び跳ねながら赤ちゃんが骨盤に降りてくるのを待ちたりすることもできます。温かいシャワーをおなかや背中にあてることは陣痛を和らげる効果があったと話している人もいました。歩くように勧められることもあります。

病院では日本同様、浣腸もあり、剃毛もするところがほとんどです。希望であれば無痛分娩のための麻酔もしてくれます。産まれる間際には会陰切開が施されることがほとんどです。夫立会いはほとんどの私立病院で受け入れてもらえます。

メキシコでは担当の産婦人科医、麻酔専門医、新生児担当小児科医と、さらに3、4人の研修医を含むさまざまなスタッフが立ち会う傾向がありますので、その数に驚くかもしれません。

「いよいよ陣痛が定期的に来るようになって、まずドクターに連絡を入れました。まだ間隔が長かったのでそれまでは自宅待機でよいと伝えられ、とにかく歩ければ歩くようにと勧められました。そしていよいよ陣痛間隔が20分になったところでドクターに連絡を入れたら、すぐ病院へ来るように言われ、あたふた。夫が入院のさまざまな手続きをしている間、私は陣痛室へ送られ、モニターをつけたり、アレルギーがあるかなどの質問をされました。そこでテレビを見ながらわずか2時間半後、子宮口がかなり開いてきたので分娩室へ。無痛分娩を希望していたので、麻酔医が現れ、背中に局所麻酔、そして大きな注射器で麻酔注入。やがてあの苦しいほどの痛みがスーッとなくなりました。これならも

う二人くらい大丈夫かなと思ったほどでした。いついきんでいいのかよくわからなかったのですが、担当医がおなかを押し始めたので、そろそろかなと思い何度かいきんでベビー誕生！夫がへその緒を切りました。産まれてすぐ、カンガルーケアで赤ちゃんは胸元に置かれ、その間に下の処置をし、病室へ返されました。」（Hさん体験談）

【 入院生活 】

私立病院ならほとんどの場合、部屋のオプションがあり、さらに個室には段階があります。個室にはバス、トイレ、テレビ、電話、エアコンなどが付いていて快適です。家族が寝泊まりできるベッドも備え付けられています。

スタッフのケアは比較的厚く、担当医や小児科医は3～4時間おきに回診に来ます。ナースも2時間おきくらいに回復のためのケアに来てくれます。薬は症状に応じていくらかでも出す傾向があるので、どの程度本当に必要かは個人で判断したほうがよいでしょう。食事は病院から出されますが、お産をした最初の晩はヨーグルトとジュース程度の軽いもの。そして、次の日の朝からはスクランブルエッグ、トースト、果物などの普通食に変わります。そのため、お産の前に軽食だけですませた人たちはお産の間も後も空腹を感じていたようです。また、病院によっては退院の前夜はスパークリングワインを含む豪華なお祝いの膳が出ます。



病室の様子

ある病院では、赤ちゃんを新生児室から母親の病室へ朝の9時から夜の9時までの2時間おきに連れてきていました。夜は母体を休める配慮をしているようでしたが、もしも新生児室での人工乳ではなくて、母乳育児を徹底したいのならば、夜間も母子同室の希望を伝えてください。たいいていの病院でオプションはあるようです。

【 短い入院期間 】

メキシコに限ったことではなく、海外では一般的にお産の場合、入院期間が短いのが特徴です。むしろ日本のように約1週間も入院するのは世界ではめずらしいほうです。これには医療保険のシステムが関与しているからです。メキシコでは通常、普通分娩で2泊3日、帝王切開でも3泊4日で退院しますが、母子ともに安定しているという条件さえ満たしていれば、当日でも翌日でも退院させてくれます。公立病院で出産する現地の人たちの中には入院費用が払えないという経済事情の人もあるので一般的に1泊、あるいは出産当日でも退院しています。

【 出産費用 】

私立病院でのお産費用は確かに高額ですが、それでも日本と比べるとまだ安いという結論でした。ただし、メキシコでは支払い先が複数に分かれていることが特徴的です。まず健診を受けている間は、定期健診のたびに産婦人科医に費用を支払います。そして、担当医は提携している私立病院でのお産に立ち会い、さらには産後の回診にも来てくれますので、その費用が別途請求されます。無痛分娩を希望した場合には、麻酔専門医からの請求

書が送られてきます。そして新生児を診てくれた小児科ドクターからも請求書が送られてきます。また、前払い制度をとっていない病院からは、退院時に入院費用として病室代、薬代、食事代、医療器具代などが請求されます。

支払い方法ですが、多くの私立病院でクレジットカードが使えます。ところで、地方ではいまだに物々交換が行われており、産婦の家族が助産師にニワトリを送る習慣があります。

【 赤ちゃんにまつわる慣わし 】

新生児誕生の報告として、男の子の場合には葉巻を、女の子の場合にはお菓子を近所、親戚、医療関係者などに配ります。メキシコでは赤ちゃんが女の子なら耳たぶにピアスをつけていることに気づくでしょう。メキシコではほぼ習慣的に生まれてすぐ女の子にはピアスをします。そのため、ピアスをしてほしくなければ、事前に断っておく必要があります。そして赤ちゃんが男の子の場合には割礼が行われるのが一般的ですので、希望しないのであれば事前に断っておきましょう。

メキシコでは国民のほとんどがカトリック教徒です。早ければ生後数か月で赤ちゃんに洗礼を施します。教会では祭司が聖水を赤ちゃんの頭にかけます。この儀式には赤ちゃんの両親はもちろんのこと、そのほかにも家族や友人の中から選ばれたパドリーノ（代理父）とマドリーナ（代理母）が立ち会います。代理人は、親が子どもの世話をできなくなった時には生涯面倒をみるという約束をします。



赤ちゃんの洗礼式

【 産後の手伝い 】

海外出産では産後の手伝いを誰に頼むかというのが大きな課題になってきます。日本から実家の母親や夫の両親を呼び寄せた方もいました。身内の方がそばにいてくれて精神的に助かったと話していました。特に上にお子さんがある場合には、上の子どもの世話をしてもらえたので助かったようです。ただし、日本のように気軽に外出ができないので、ストレスだったという声もありました。

メキシコでは産後40日間は母子のケアが必要ということで、産後のお手伝いをごく一般的に雇っています。そこで、このようなメキシコの習慣を利用することも検討しておくといよいでしょう。現地の方は手伝いを雇えない場合でも近所の人や親戚が交代で母親の様子を見に来たりして回復に協力しているようです。

産婦へのいたわりとしては、産後のからだを冷やさないようにハーブを用いたお湯から蒸気を出してからだを温めたり、シナモンティーを飲んだり、ココアにシナモンを入れて飲んだりもします。

【 出生届の手続き 】

メキシコは生地主義を設けているため、日本人の子どもでもメキシコで生まれた場合、手続きをすればメキシコ国籍とメキシコのパスポートを取得できます。ただし、出生届の

手続きやパスポート申請などは複雑なので出産前に十分な下調べと準備が必要です。

提出書類は退院時に受け取った出生証明書、赤ちゃんの写真、赤ちゃんの指紋や両親のサイン、身分証明書、住所が証明できる書類、両親の戸籍謄本、パスポート、婚姻証明書などです。さらにそれぞれの書類作成費用の確認、出生証明書ができ上がるまでの期間の確認、立会人2人の確保などもしなければなりません。

出生証明書に関してもメキシコでは母親の旧姓で登録することがほとんどなので、日本人の場合、特に母親の旧姓で入院した場合にはパスポートなど身分証明書として使っている姓名が同一人物であることを証明しなくてはなりません。そのため母親の旧姓を証明する公的書類も準備しなくてはなりません。メキシコ人の場合、日本でいうマイナンバー制のような身分証明書に旧姓も記載されているので名前に関して問題はありません。

日本大使館に出生届を提出する際にはメキシコで生まれた出生証明書を公認の翻訳者に依頼しなくてはなりません。またメキシコのパスポートを取得する際には出産に立ち会った小児科医が出生を証明する書類にサインしなくてはなりません。さらに翻訳をしなくてはいけない書類が多いのにも閉口するかもしれません。特に日本には婚姻証明書というものがいないため、それもスペイン語で作成しなくてはなりません。

出生証明書はその場ですぐに発行されることはなく、早ければ2週間、中には1か月も待ったという方もいました。メキシコの法律は頻繁に変わりますし、当日受け付けてくれる担当者によっても情報が異なったりするので、事前に調べておきましょう。スムーズにことが進まなくても「これがメキシコでは当たり前」と受け止める心の余裕が必要でしょう。これら一連の届け出を双方の国で行い、両国のパスポートの取得には時間も労力もかかり、産後の心身に負担をかけることもあります。このような状況に配慮して、日本への出生届は生後3か月以内とやや長めに設けられたのだと思います。

出生届を提出する場所ですが、日本では退院後、自ら役所に出向いて出生届を提出するのが一般的です。しかし、メキシコでは病院によって役所の出張所が設置されているので、病院内での出生登録が簡単にできるシステムになっています。このシステムを利用すれば、新生児や家族を連れてはるばる役所まで行かなくて済みます。ただし、病院内の出張所で手続きできる時間帯は2時間ほどと短く、週末は閉まっていたり、祝祭日が入るとその前後は閉まっていたりと受付時間が限られているので注意が必要です。

メキシコでの出生登録を終えたら、次は日本への出生届をしなくてはなりません。日本国籍は21歳まで留保という状態になりますが、日本への届け出をしないで帰国した際には外国人登録手続きをすることになりますので、日本への届け出もしておいた方が賢明です。パスポートの申請も必要ですのでどうぞお忘れなく。