

医師が語る、  
40代の「出産力」

自然分娩も十分  
可能。まずは  
「現実を知る」  
ことが大切です



### 井上裕美先生

湘南鎌倉総合病院  
副院長、産婦人科部長  
「お産は人間の生理的な  
な喜び」という考えから  
自然なお産を心がける。  
海外の出産施設にも精通し、  
2年後には理想とするパー  
スセンターも開院。

「この病院が開院した90年前後には40代での出産は全体のわずか15%でした。それが、06年ではおよそ2倍の28%になり、今年当院で出産された方はすでに55名（8月1日現在）。これは全体の8%となっており、約10人に1人が40代と、着実に増え続ける傾向にあります」

そう語るのは、湘南鎌倉総合病院の産婦人科部長、井上裕美先生。ここでは40代の出産事情に詳しい井上先生に、高齢出産の現実について話を伺います。

## 「40代の7割が自然分娩」という 出産力

まずは、40代の「出産力」について。高齢での出産は難産になる可能性が高いので、最初から医療に頼りたがる人も多く、また病院によってそれが医師の方針という場合もあるというのが現状。しかしこの病院では、40代の妊婦さんのうちおよそ7割の人が、医療介入なしに自然に出産しているとか。

井上先生は言います。

「30代から出産にかかる時間は長くなるものの、30代後半と40代では変わりません。大事を取って帝王切開をしたがる傾向にあります。40代でも自然分娩をすることは十分可能です」。

## お産の体力、流産： 高齢出産のリスク

次に、高齢出産を考えるうえで知っておきたい現実について。

「例えば、学術論文や学会では、40代ではおよそ100人に1人の割合でダウン症の赤ちゃんを妊娠すると発表されています。これは20代の約10倍以上。流産率も2倍になります。これも染色体の異常が半分以上の原因とされています」

そんな現実を前にした40代の妊婦さんには一つの傾向があると、井上先生は言います。

「40代で初産を迎える方々を診ていると、羊水検査や血液検査などはあえてしないとおっしゃる妊婦さん方に意外に多くお会いします。ようやく授かった命なので、何があってもと考える方が多く、高齢出産の方が必ずしも検査を受けたがるかという、そうでもないようです」

また高齢出産では、母体の状態があまり良くない人も多くいるとか。

「例えばオリンピック選手でも、20代と40代とでは加齢による体力低下は否めません。お産も全力で体を使うので、体力に差が出てしまうのは仕方のないこと。また、年齢による高血圧、妊娠糖尿病、腰痛などは起こってもおかしくありません」

そして、これから妊娠を考えている人へ、先生からのアドバイス。

「出産後は、育児が待っているということも意識して、自分と子供のことを考えてみてください。もし出産を考えているのであれば早めの妊娠を心がけることも大切です」

## 産む素晴らしさを 味わうために、 知っておいて ほしいこと

それでも、リスクを知り、注意深く対応すれば、安全なお産は可能になると井上先生は言います。

「出産もゆっくりになることを知ったうえで40代ならではのお産をしていただきたいと思えます。本来人間が持っている力を信じて、出産に臨む。それは、仕事やそれまでの経験や実績にも匹敵し、すべてを投げかけてでもと思うくらいの重さがあるものなのではないでしょうか」