

ペースレビュー

出産後、皆さんから頂いたお産の感想を紹介します。

これから出産予定の方は参考にしてみてくださいね。

前回のお産の時のいきみ逃しといきみ方を覚えていたので、自分でも思っていた以上に「するんっ」と出てきて安心しました。でも痛いことには変わりはありませんでした……。

39週5日で3400g、ちょうどいいタイミングで出てきてくれたなーとベビーに感謝です！

ペースプランを考えることは、出産に向けての心の準備やリラックスしたお産の過ごし方をイメージする上で役立ちました。自分の希望を細かく伝えられる点もありがたかったです。

夫が立ち会い、声掛けや細かいサポートがとても助かりました。誕生に涙を流している様子を見て、立ち会いにして良かったと感じました。

（ご主人より）私が体験できない出産の大変さを知る機会となりました。妻の頑張りに今後、応えていかななくてはと強く思いました。そして、通院している時から関わってくれていたスタッフの方が時間のある時に声を掛けて励ましてくれたのがとても嬉しく感じました。

一度入院したあと陣痛がつかず、回旋異常で四つん這いになったり、卵膜を剥がしてもらったりしました。最後まで赤ちゃん頑張れたので良かったです。

全開大から分娩までの流れは速すぎて気持ちがついていけず、夫が部屋に入ってきたのも気にする暇がありませんでした。でも赤ちゃんを嬉しそうに見ていたので、立ち会いできて良かったです。

2人目の出産ですぐ産まれると思っていましたがなかなか産まれず一度退院したりと辛い時に「赤ちゃん自分のペースで大丈夫だよ」という一言ですごく救われました。

出産までもっと時間がかかると持っていたのですが、陣痛が来てから2時間半くらいで自分でもびっくりしました。

子宮口全開になるまでの呼吸法で、おしりの方に逃すように吐いてと言われ、イメージがつかめてとても楽になりました。

呼吸が上手くできずいきみっぱなしの時、赤ちゃんも苦しいよーと言われ、ふっと我に返り、落ち着いて呼吸することができました。