



## 民間療法「ホメオパシー」にご用心

猛暑に悩まされた今年の夏も彼岸を過ぎて急に涼しくなりました。風邪をひいて外来を受診される妊婦さんもちらほら見受けられます。この時期健康管理にはくれぐれもご用心ください。昨今の今頃は新型インフルエンザのワクチン不足で大変な騒動になっていましたが、今年は季節性と新型を合わせたワクチンが、十分に供給されるということです。医療法人アップルの各施設でも10月下旬にはインフルエンザワクチンを実施できるようになると思いますので、妊婦さんはできるだけ早めに接種を受けてください。ワクチンは、副作用が強調されすぎて日本では敬遠される傾向にあるようですが、その効果については世界的に認められているので、自分や家族の健康を守るためには是非接種を受けてください。既にご存じの方も多いと思いますが、今年の夏、マスコミで新生児のビタミンK投与が大きく取り上げられました。

きっかけになったのは、山口県の助産院で生まれた赤ちゃんが、ビタミンKシロップの投与を受ける代わりに、ホメオパシー療法で使うレメディという砂糖玉を与えられ、生後2カ月で死亡したという事件です。9月17日の朝日新聞によると、日本助産師会の加盟助産所41施設のうち1割弱にあたる36施設で民間療法のホメオパシーが行われ、新生児に必要なビタミンK2を与えていなかったということです。

「ホメオパシー」については、私は全く知識がなかったのですが、ビタミンKの投与のほかにも、ワクチンは不要だと公言している過激な団体もあるようです。通常の医療とは異なる「ホメオパシー」については日本学術会議も8月24日ホメオパシーを受けている人の中で、通常の医療を拒否して死亡したり、症状が悪化したりした疑いの濃い例が相次いで表面化したために、「レメディは『ただの水』で『副作用はない』のはもちろんだが、科学的な効果も明確に否定され、荒唐無稽」という声明を発表しています。

最近発表された小児科学会の調査によると、1980年前後には母乳栄養児1700人に1人が罹患していた乳児ビタミンK欠乏性出血症は、出生時、産科退院時、1か月健診時の3回、経口的にビタミンKを投与することにより1990年には10分の1まで減少していますが、今でも少なからぬ乳児がビタミンKの欠乏による出血をおこしているということです。

小児科学会では産科退院後、原則として3か月間毎週 帰宅でビタミンKを投与することを薦めています。残念ながら我が国では現在、家庭に持ち帰ることのできるビタミンK個別包装剤が発売されておりませんが、来年早々には認可されるということです。

それまでの間は母乳だけで赤ちゃんを育てているお母さんはビタミンKが多く含まれる食事を摂るようにしてください。(人工栄養の場合はビタミンKは心配ありません)

VITAMIN K ビタミンKが多く含まれる食事

チーズ、糸引き納豆、パセリ、ほうれん草、春菊、コマツナ、抹茶など緑葉野菜、植物油、豆類、海藻類、魚介類など

医療法人アップル 理事長 木内 敦夫

おどや献金 ご協力ありがとうございました！！

平成22年6月・7月・8月の  
きうち産婦人科医院とアルテミス宇都宮クリニックの  
合計総額は¥50,555-でした。

ご献金頂いた方々  
福田久美子様・高木晶子様・増淵千恵子様・林江美様・山上真吾、育子様  
太田由起子様・小池大和様・渡邊秀洋様・高倉伯洋様・大村孝之、一江様  
上野靖子様・小幡千晴様・菊池静香様・松鶴牧乃様・小野寺豊様・宮元結菜様  
森田舞様・中家ふみ子様・青木紀子様・青木美由紀様・その他 匿名の皆様方

医療法人アップル  
【きうち産婦人科医院】〒329-2145 矢板市富田548-1 TEL.0287-43-5600  
URL <http://www.krc.med-apple.co.jp> E-mail [rai@krc.med-apple.co.jp](mailto:rai@krc.med-apple.co.jp)  
【アルテミス宇都宮クリニック】〒321-0118 宇都宮市イナバ-75-1-9 TEL.028-655-5600  
URL <http://www.auc.med-apple.co.jp> E-mail [rai@auc.med-apple.co.jp](mailto:rai@auc.med-apple.co.jp)

## ぴっこる通信 ~さとるっち園長からのメッセージ~

### 「ナチュラルは素晴らしい」年長児 裏磐梯サマーキャンプより【前編】

今夏も真青な空と、近い白雲を感じながら行なった年長児の福島県裏磐梯松原湖キャンプ。雲の間から差し込む光、夕陽の景色、眩しいほどの星の数、大自然に抱かれての泊り。湖水浴、手作り竿で魚釣り、カヤックで無人島探検、基本の火起こしと食事作り、etc。その中でも特にカヤックは貴重な体験となった。目の前には無人島、その目標に向かって自力でパドルを漕ぐ。そこには心の葛藤と戦いながらセルフコントロールしていく「孤独」が存在する。(客観的な見方ができず、視野の狭い思考や誤った情報に縛られて、いつのまにか負のスパイラルに陥る「孤立」とは別物) 背後で追走する先生の存在(人的安心感)と6月からプールで使いこなしているライフジャケット(物的安心感)の2つが「孤独」を無意識中にサポートしている。



全員目標は達成され無人島に辿り着いたが、ある一人の女の子が、5m進んだところで漕ぐのをやめ、泣きじゃくり、無気力になってしまった。ここで大人は一つ冷静な見極めが必要となる。実は子供には大人、特に親の顔色を伺いながら、親を動かす事が上手な才能が備わっている。又、親自身の都合のいい方へ仕向けたい気持ちを察知し、合わせて従えるのも子供の特性。

このシチュエーションにおいて、子供の気持ちに対して上から手を差し伸べて少しひきあげれば、あるいは背中をちょっと押しさえすれば、再び動き、立ち向かえるはずなのに、子供の巧みな雰囲気作り(泣き)に負け流されてしまい、せっかくの「伸びる若芽」が成長するチャンスを、知らず知らずのうちに摘んでしまう。(他方、今問題視されている風潮は、子供の気持ちや成長を考える前に、親の都合・不都合、損・得、が最優先され物事が決断され動いてしまう現実。そして親の直情性。)

よく「チャレンジ」と口にする事がある。ただこれは何も積極的な言葉ではなく、もし、失敗しても慰めてくれたり、認めたり、励ましてくれる大人や親がいてこそ(心の基地の存在)挑戦することができる。その存在は悪いタイプの

「あまえ」を断ち切り、自立を促し壁を乗り越えさせる大いなる力となる。次号【後編】へ続く!!

社会福祉法人アップル ぴっこる保育園 園長 山中 悟

## ももくり通信 ~小児科医からのアドバイス~

乳児健診で一番多い相談に湿疹があります。ちょうど1ヶ月前後に、湿疹が顔から胸にかけて現れるお子さまが、実に多くいらっしゃいます。生後3ヶ月ぐらいまでこの状態は続きますが、適切にスキンケアをしてあげれば、ほとんどの方は消失してしまいます。顔の表面だけでなく、顎の下、耳の後ろなど石鹸でこすらずにきれいに洗うことが基本になります。洗剤が残らないようよく洗い流してください。ひどい場合は軟膏を処方致します。アトピー性皮膚炎との関連性をご心配される方がよくいらっしゃいますが、通常は移行していくものではありません。

アトピー性皮膚炎のお子さまは、生後6ヶ月ぐらいから徐々に明らかになっていきますが、発疹は全身性で、特に肘や膝の内側によく見られ、乾燥肌であることが特徴です。冬場は乾燥しやすいですから、保湿剤などでスキンケアするものいいでしょう。

医療法人アップル ももやこどもクリニック 院長 桃谷孝之

医療法人アップル  
【ももやこどもクリニック】〒321-0118 宇都宮市イナバ-73-6-1 TEL.028-654-2929  
URL <http://www.mkc.med-apple.co.jp> E-mail [rai@kc.med-apple.co.jp](mailto:rai@kc.med-apple.co.jp)  
社会福祉法人アップル  
【ぴっこる保育園】〒329-2145 栃木県矢板市富田530-4 TEL.0287-43-0266

## おぎゃー体験談

上野靖子様・瑛斗くん

帝王切開での出産となる私は、手術日の前日に入院。ポコポコ動くお腹を感じながら、池川先生の本「覚えていよう！生まれる前のこと」を読み翌日の手術に備えていた。

今回の手術は3回目。実は、4年前、最初の妊娠の時に妊娠38週での死産(他院での)を経験している。当時は、「元気に生まれてくるのが当たり前」としか思っていなかった。そして、長いこと、辛い苦しい日々を送っていたのである。

今、私は思う。当時の「死産」という経験があったからこそ、今の私がいる。

あの子の存在のおかげで「今、生きていること」に、感謝できるようになった。あの子がいたから、その後2人の子供を授かる事ができた。

池川先生の本にも書いてあった。赤ちゃんは、お父さん、お母さんを自分で選んでやってくると。「授かること」も「生れてくること」も、奇跡的なことなんだと実感している。

今回、帝王切開をするにあたり、立ち会いが可能か先生に聞いたところ快くOKしてくださり、本当に感謝している。手術中、生れてくる赤ちゃんを想い、嬉しくて仕方なかった。

「お腹押しますよ」の声を聞き、少しして赤ちゃんが生まれた。生きているだけで嬉しかった。とても幸せなお産だった。

ようこそ、我が家へ。  
生まれきてくれて本当にありがとう。  
これからは、2人の育児を楽しみたいと思っている。

2010. 9. 3



## Book & Movie

胎内記憶と親子の絆 誕生死などを考える本の紹介

『うまれる ~かけがえのない、あなたへ~』  
豪田トモ PHP発行 2010/9/1  
映画【うまれる】2010年秋 全国ロードショー

## みなさん、こんにちは。

スタッフ紹介リレー

みなさん、こんにちは。看護師の槻(けやき)です。私ごとですが、今年の3月に結婚しました。珍しい名字のため、なかなか覚えられないようで、「いつき」「ひのき」と呼ばれることもしばしばです。活字検索も「つき」で槻が出てきます。スタッフの間でも、なかなか浸透しませんでした。やっと呼んでもらえるようになりました。このネームを見かけた時は「けやき」と呼んでいただけると嬉しいです。

好きなことは、ショッピング、美容です。ショッピングはウィンドーショッピングも好きですが、小さいブティックや、通りから少し離れた路地裏のひっそりしたお店に入り、買い物するのも好きです。お店に入る前は、ちょっとドキドキしますが、けっこういい物があつたりします。そういうお店って、自分だけの隠れ家って感じがいいですね。最近も、いいお店を見つけることができました。(内緒！)

美容も、最近は身体のことを考えて、漢方にはまっています。

身体のことといえば、アルテミスのスタッフ3人でマラソン大会にも出場しています。5月の鹿沼さつきマラソンにも出場していい汗流してきました。秋には、真岡マラソンに出場予定です。だからといって、決して足が速いわけではありません。

こんな私ですが、みなさんにアルテミスにきてよかったと思っただけのように頑張っただけで仕事していますので、よろしくお祈りします。

看護師 槻(けやき) 恵



## いのちのリレー ~お産の現場から~

お産介助傍らで、身近な家族に向けられる「ありがとう」の言葉に心温まる。いよいよクライマックスという陣痛の間に、お水を飲ませてもらったり、額からの玉の汗を拭ってもらったりするたびごとに、家族へ、そして、おぎゃーと元気な産声にも「ありがとう」を、さりげなくかけられる産婦さんに出会うと、きっと、これからもこの愛の連鎖が自然に続いていくだろうなあ、と幸せな想いを戴く。

日常生活で、「ありがとう」の言葉をあまり使っていない、私にとってなんとも羨ましく、心地よい瞬間でもある。

こんな素敵なお産に立ち会えた事に、心から「ありがとう。」

高齢で衰弱した親が消えても、「知らない」人が、大勢いる。

いのちの神秘に無頓着で、所有物との勘違いから、育児放棄や虐待によって、幼いわが子の命を奪う親が、後を絶たない。

—— ぼくらは、心に「獣」を飼っている。

戦争だけじゃない。

いじめや虐待だって同じだ。

その手なずける力が家族の絆だったり、

音楽や芸術だったり、

「ありがとう」のたった一言だったりする。

ぼくの中の「獣」は、たまたま暴れなかった。

鎌田實 8/18 読売新聞より抜粋

この世に生まれてきたことも、今生きていることも、出会いも偶然ではなく、ある意味奇跡！有り難い(めったにない)から、変化した「有り難う=ありがとう」の感謝の言葉。誰かにに伝えたい、そしてみんな味わいたい言葉ですね。

助産師 池田 好江

## アルテミス宇都宮クリニックの10・11・12月の予定

### 10月



母親学級 要予約	わかばコース	13(水) 10:00~
	つぼみコース	6・20(水) 10:00~
	青りんごコース	1・15(金) 13:30~
	赤りんごコース	10・24(日) 10:00~
	桃りんご	16(土) 15:00~
	ベビーマッサージ	4・18・25(月) 13:30~

腫瘍外来 2・23(土) 大和田先生

### 11月



母親学級 要予約	わかばコース	10(水) 10:00~
	つぼみコース	17(水) 10:00~
	青りんごコース	5・19(金) 13:30~
	赤りんごコース	14・28(日) 10:00~
	桃りんご	20(土) 15:00~
	ベビーマッサージ	1・8・15・22・29(月) 13:30~

腫瘍外来 6・27(土) 大和田先生

### 12月



母親学級 要予約	わかばコース	8(水) 10:00~
	つぼみコース	1・15(水) 10:00~
	青りんごコース	3・17(金) 13:30~
	赤りんごコース	12・26(日) 10:00~
	桃りんご	18(土) 15:00~
	ベビーマッサージ	6・13・20・27(月) 13:30~

腫瘍外来 4・25(土) 大和田先生

## アクア&フィットネススタジオからのお知らせ

10月 旧から、アフター(産後)プログラムのご利用につきまして、「プログラムにつき月回」とさせていただきます。

出来るだけたくさんの方にご利用頂きますよう、皆様のご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

その他、詳しくはスタッフまで、お気軽にお尋ねください。



- ・不妊外来につきましては、10月より、木内院長が担当させて頂きます。
- ・腫瘍外来につきましては、先生の都合により変更になることもあります。
- ・わかばコースは、9月より第2水曜日のみとなりました。
- ・その他日程など、詳しくは医院窓口までお問い合わせ下さいませ。

🍎 次回のニュースレター発行予定日は2011年1月1日です。お楽しみに!!