

10. 妊娠中の主な異常

妊娠は病気ではありませんが、治療が必要な状態になることもしばしばあります。主なものを説明します。

(1) 切迫流産、切迫早産

流産や早産になりかけている状態です。妊娠 22 週未満は流産、妊娠 22 週から妊娠 37 週未満の分娩は早産といいます。膣炎や頸管炎から、早産の主な原因とされる絨毛膜羊膜炎になりやすいため注意が必要です。

①症状

下腹部重圧感、下腹部痛、腹部がつっぱる感じ、腰痛、性器出血、破水など。

②予防

- ・お腹のかたさを普段から確認し、お腹の張りに気付けるようにする。早期発見が大事です。
- ・疲れたら休む。
- ・感染に注意する。(セックスのときはコンドームを使いましょう)
- ・冷やさないようにする。
- ・便秘にならないように注意する。
- ・日常生活では立ちっぱなしや上の子の抱っこなど腹部に負担のかかる動作は避けましょう。

③対処法

- ・横向きで休み深呼吸しましょう。
- ・すでに張り止めの内服薬を服用中の方で、休息して 30 分以上経過しても症状が緩和しないときは連絡してください。
- ・性器出血がある場合は連絡しましょう。

④治療

- ・自宅安静、子宮収縮抑制剤の内服療法が基本です。内服すると、動悸や手指の震えなどの副作用が出ることも多いのですが、内服を中止するリスクの方が高いので、しっかり内服するようにしましょう。どうしても症状が強い場合は受診し相談しましょう。できるだけ家事育児はせず、トイレ洗面以外は横になって休むのが理想です。
- ・内服療法でも症状が治まらない場合は、入院しベッド上で安静を保ち、子宮収縮を点滴で抑えたりします。



(2) 妊娠貧血

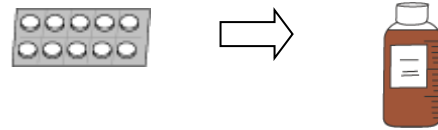
妊娠中の体は、胎児の発育や分娩に備えるため、血液にも変化が起こりその結果、鉄分不足になります。

①症状

めまい、立ちくらみ、息切れ、動悸など。

②対処法

- ・鉄分を多く含む食品を摂取しましょう。
- ・動作をゆっくりにしましょう。
- ・処方された鉄剤は確実に内服しましょう。鉄剤の副作用として吐き気や便が黒っぽくなるなどがあります。吐き気強い場合は薬の変更も可能ですのでご相談ください。



(3) 妊娠高血圧症候群

高血圧、蛋白尿を主症状とする妊娠に由来する症候群です。浮腫(むくみ)を伴うことが多いです。

母児へ様々な悪影響を及ぼします。

児：胎盤の働きが悪くなるため、赤ちゃんに栄養や酸素を十分に供給できなくなります。そのため赤ちゃんが育たない、胎児機能不全になりやすい、早産になりやすい状態となります。胎児死亡率も高くなります。

母：子癇(けいれん)や常位胎盤早期剥離(分娩前に胎盤がはがれ母児ともに重篤な状態)を起こしやすく、その後も出血が止まらないなど生命にかかわる時もあります。産後も高血圧、蛋白尿などが続くこともあります。

①症状

- ・高血圧：最高血圧 140mm/Hg 以上、最低血圧 90mm/Hg 以上。160/110mmHg 以上が重症です。頭痛、目がチカチカする、強い肩こり、動悸、息切れなど。
- ・蛋白尿：尿検査で蛋白が出る。
- ・浮腫：下腿(すねの所)を押すとへこみができる、まぶたが腫れぼったい、手が握りにくい、体重増加が 500g/1 週以上ある、尿量が少ない、減ってきたなど
※早期に発見し対処することで、重症化を防ぐことができます。しかし、何よりも予防することが大切です。

②予防(対処法)

- ・食事に気をつけ、適度な運動をして、過度な体重増加を予防しましょう。食事は塩分とカロリーを控えた食事が基本となります。(栄養の項参照)
- ・十分な睡眠、休息をとりましょう。
- ・浮腫があるからといって、水分を控えることはやめましょう。



(4) 前置胎盤、低置胎盤

胎盤が子宮口の一部あるいは全部を塞いだり、子宮口のすぐ近くにあったりする状態です。妊娠初期では、前置胎盤のようにみえることがあっても子宮が大きくなるにつれて胎盤の位置が変わっていくこともあります。妊娠後半になっても子宮口を塞いでいる場合は、赤ちゃんが出られないので帝王切開での分娩になります。また、お腹が張り子宮口が開くと、大出血となることがあり、その場合母児ともに危険な状態となる場合があります。

①症状

性器出血

②対処法

前置胎盤を指摘された方は少量の性器出血、軽度のお腹の張りでもすぐ病院に連絡して下さい。



(5) 妊娠糖尿病

妊娠糖尿病とは、妊娠中に初めて発見された、糖尿病には至っていないものの、糖尿病に近いくらい血糖値が高いことを言います。血糖値が高い状態が続くと、奇形や巨大児などのリスクが高くなります。また、生まれてから赤ちゃんが低血糖になることがあります。血液検査を行い血糖値に異常がないか調べます。

①予防法（対処法）

- ・ 野菜中心に3食バランスよく食べましょう。
- ・ 切迫早産など安静を必要とする方でなければ、適度に運動しましょう。
- ・ 妊娠糖尿病と診断された場合は、栄養士による食事指導の内容を確認しましょう。
- ・ 必要時、インスリンなどの薬物療法を行うこともあります。

こんな症状があったら、すぐに病院に連絡を！

- ・ お腹の張りや痛み
- ・ 出血（少しでも）、破水
- ・ 胎動が少ない（回数が減った・いつもと違う）
- ・ 頭痛・吐き気・目がちかちかする
- ・ ひどくむくんでいる