



## 本格派女医・山田京子 済生会へ

この4月に新潟大学で助教を務めた山田京子が当院に赴任しました。山田医師は新潟生まれの富山育ちで、新潟大学医学部を平成12年に卒業。

女性医師で助教(教授、准教授、講師に次ぐティーチングスタッフ)として長く大学に残るケースは非常に少なく、山田医師は本格派の産婦人科医と言えます。趣味は読書(好きな作家は内田康夫)、ライブ・野外フェスめぐりとのことですが、最近あまり行けていないとぼやいています。

山田医師の最も得意とするところは産科、特に超音波診断です。これまで、妊婦健診でのエコーで胎児の異常が疑われた場合、大学病院の「スクリーニングエコー外来(スクエコ)」に紹介して診ていただいていた。山田医師はスクエコの中心メンバーとして活躍してきており、今後はこういった場合でも大学で行っていただかなくても、多くは当院で解決できることになります。

今回は、山田医師が妊娠中の体重管理について解説します。

### 妊娠中の体重管理 ～子宮内での胎児の栄養状態と成長後の生活習慣病発症のリスクについて

妊娠中に太ることを避けるため、あるいは安産(小さく産んで大きく育てる)を目的として、食事を極端に制限し、妊娠中の体重増加を極力抑える妊婦さんもいらっしゃるかと思います。しかし妊娠中に関して言えば、妊婦さんの栄養状態が良い方が望ましいと考えられています。これは近年、妊娠中の低栄養状態が生後の生活習慣病の発症に関係するという概念が提唱されているためです(Barker 仮説)。

<Barker 仮説: DOHaD=生活習慣病の胎児期・乳児期起源説>

イギリスでの統計調査から、新生児死亡率の高かった地域ではその40~50年後における心血管障害(狭心症・心筋梗塞)での死亡率が高いということがわかりました。その後の世界的な調査によって、低出生体重児(2500g以下)は心血管障害による死亡のリスクが高くなるという概念が提唱されました。

つまり、子宮内での栄養状態が悪く胎児の成長も悪くなると、胎児は少ない栄養をより効率よく取り込もうとするように身体のプロゲラムが調整されます。そのため太りやすい体質(少ないカロリー摂取で脂肪を蓄積する体質)となり、成人期には高血圧・肥満・糖尿病・高脂血症・動脈硬化・脂肪肝などのメタボリックシンドロームになりやすく、その最終結果として心血管障害が発症するという仮説です。

かつては、妊娠中毒症(妊娠高血圧症候群)の予防には妊娠中の栄養管理(カロリー制限・体重増加制限)が大切であると言われてきました。しかしこれは日本独自の考えであり、アメリカでは妊娠成立時の肥満が妊娠高血圧症候群の発症のリスク因子であり、妊娠中の体重増加はリスク因子ではないとされています。やせた女性が妊娠した場合に低出生体重児を出産するリスクが高く、1日1500kcal以下のカロリー摂取で胎児の成長が悪くなることが報告されています。現在では、産まれてくる子供の健康のために、妊娠中は十分な栄養を摂取することが望ましいと考えられています。

妊娠中の体重増加が大きいほど児の出生体重が大きくなることはわかっています。しかし、妊娠前の肥満度が高いほどこの傾向は弱くなると言われています。肥満女性の場合は、妊娠中の体重増加よりも、妊娠前の肥満度の方が出生体重(その他、妊娠高血圧症候群・妊娠糖尿病・帝王切開術分娩・死産などのリスク)に影響します。妊娠前からの体重管理も、安全な妊娠生活を過ごすために大切です。



エコーを行う山田医師

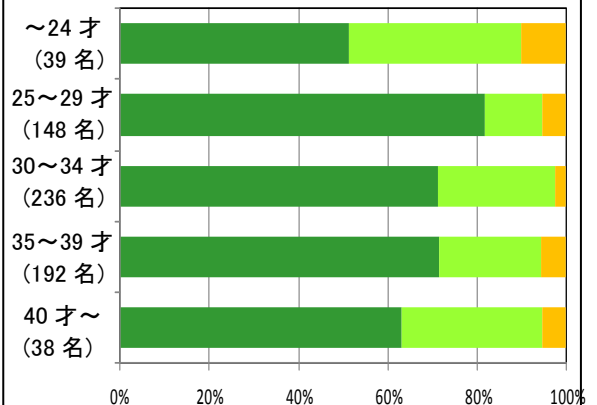
## 風疹:冷静にご注意を

風疹が昨年から今年にかけて流行しています。ご存知の通り、妊娠初期の方が風疹に罹患すると、週数にもよりますが最大で30%程度に、先天性心疾患、難聴、白内障を主徴とする「先天性風疹症候群(CRS)」の危険性があります。昨年の全国でのCRS発生数は5例とされていますが、平成16年には10例の発生があり、今だけが特別異常な事態というわけではありません。まずは冷静にかつ肅々と注意をしていくことが大切です。

下のグラフは昨年1年間の当院の妊婦さんの抗体保有率で653名分のデータです。十分な抗体を持っている方が72.0%、低抗体価の方が23.3%で、抗体陰性の方はわずか4.7%でした。年齢による大きな違いはありません。昭和54年~62年生まれ(25~33才)の方は制度の変わり目で予防接種を受けていない可能性が高いとされていますが、むしろ抗体陰性率は低い結果でした。

### 当院の妊婦さんの風疹抗体保有率(平成24年)

抗体あり(32倍以上) 低抗体価(8~16倍) 陰性



風疹の抗体が陰性だった場合、妊娠20週ころまでは人ごみや子供の多い場所への外出は控え、日頃の手洗いもしっかりしましょう。ご家族も同様にし、特に風疹の罹患またはワクチン接種の記憶のないご主人はワクチン接種をしていただければ理想的です。

不妊症の方など今後妊娠を予定している方は、抗体を検査し陰性ならばワクチン接種(その後2ヶ月避妊)が勧められます。この場合、麻疹風疹(MR)ワクチンの投与が一般的です。抗体検査を省略していきなり投与しても問題はありません。ぜひご相談ください。

▼現在の風疹の流行の背景には、ワクチンのメリットを伝えず、副作用ばかり報道してきたマスコミの姿勢が一因という指摘もあります。副作用の責任を恐れ任意接種となってしまったのです▼「犬が人を噛んでもニュースにならないが、人が犬を噛めばニュースになる」の言葉通り、報道には珍しい方の事象を伝えなければ成り立たないというやむを得ない特性があります▼同様に、例えば陣痛促進剤の副作用報道の裏には、その何倍、何千倍もその薬剤によって助かった人が、報道されることはなくてもいることを想像する感性も必要です。