

# HELLO M a B y C L U B

VOL. **40** 2006. 2



T O P I X

sato clinic

## 妊婦健診 Part 3

このハローマミーベークラブのVOL.38、39に続いて今回は3回目になりますが、妊娠中に行う検査についてご紹介します。

### ●膈分泌検査

この検査は、妊娠28週前後に行う検査です。

妊娠して膈内の状態が変化することにより膈炎を起こしたり、セックスによって感染する性感染症にかかったりした場合、赤ちゃんが産道を通るときに感染してしまう心配があります。膈分泌物の検査によって、細菌やウイルスの有無、炎症の有無を調べます。また感染は早産につながることもあるので、早めの処置が必要です。おりものの異常、出血、かゆみなどがあつたら、必ず医師に報告しましょう。できるだけ早めに、遅くとも出産までには完治できるよう、抗生物質などを使って治療を行います。

### ●ノンストレステスト(NST)

ノンストレステストとは「胎児心拍モニタリング」とも呼ばれるもので、お産の時に使う分娩監視装置を使って行われる検査です。赤ちゃんの心拍数とママの子宮収縮の状態



を調べることができ、赤ちゃんの様子をチェックしながら、赤ちゃんが現在元気になっているかどうか、お産の時のストレスに耐えるだ

けの体力があるかどうかを判断します。佐藤クリニックでは妊娠34週以降の健診で毎回行っています。

ノンストレステストは、ママがゆったり&のんびりしてストレスのない状態で受けるのが第1条件。ママはおなかにセンサーを装着したら、ベッドかソファなどで20~40分ほど安静にして検査を受けます。動くセンサーがずれてしまつて正しく測定できなくなりますから、検査時間が延びてしまいます。話をしたり、腕を動かすくらいはかまいませんが、立ち上がったたり、大声で笑つたりするのはNG。なお長時間仰臥位(あおむけ)でいると気分が悪くなつたりすることがありますので、その場合すぐにスタッフにお伝えください。

### ●骨盤X線検査

ママの骨盤が狭かったり、赤ちゃんの頭が大きかったりして、赤ちゃんがママの骨盤をスムーズに通らぬけることが難しいと予想される場合を、児頭骨盤不均衡といいます。この場合、あらかじめ、ママの骨盤の大きさをX線検査で調べ、超音波検査で調べた赤ちゃんの頭の大きさと比較して、経産分娩が可能かどうかを検討します。検査の結果、赤ちゃんの頭の大きさに比べて明らかに骨盤の方が狭い場合は、帝王切開でのお産となります。

なお、おなかにX線を当てたら、赤ちゃんに影響しない?と心配するママもいるでしょう。児頭骨盤不均衡で検査を受ける時期には、胎児の体はほぼ完成しており、X線の影響を受けることはありませんので、ご安心を。

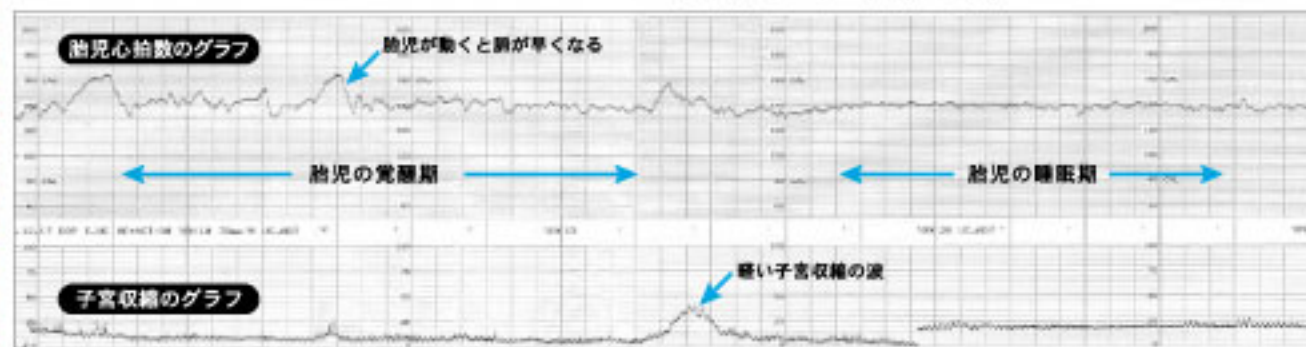
### ●クアトロテスト

妊娠15週から18週くらいに行う検査で、ママの血液の4種類の成分を分析して、胎児の染色体異常や神経管異常の確



## NSTのグラフの見方

波形が上下2本ありますが、上が赤ちゃんの心拍数、下が、ママの子宮収縮を表します。この波形の縦の値が大きければ、上は胎児の心拍数が高く、下は子宮収縮が強いことになり、小さければその逆ということになります。この値の状態が横に長く続いている場合は、その状態が長い時間続いたということを表します。胎動やおなかの張りなどがあると値はぐんと大きくなります。



率を調べるものです。確率が高くて赤ちゃんに必ず異常が出るわけではなく、羊水検査で確定診断を行う必要があります。逆に確率が低ければ必ず正常だとも断言できません。医師としては積極的にママに進める検査ではありませんが、前に染色体異常が原因で流産したことがあるとか、高齢出産の場合は検討してみてもいいかもしれません。

### ●羊水検査

妊娠14週から20週に行う検査で、超音波画像を見ながら、ママのおなかを通して子宮まで針を刺して羊水を取り出し、羊水中に含まれる赤ちゃんの細胞の染色体を調べるものです。赤ちゃんが生まれる前に染色体などにトラブルがあるかどうかを調べる特別な検査ですが、この検査にはわずかですが流産の危険を伴います。検査を受けるかどうかは医師とよく相談して慎重に検討してください。検査を受ける場合はくれぐれも安易な気持ちで受けたりせず、「異常

私たちが走ると心拍数が増加しますが、これと同じ原理で、赤ちゃんもおなかの中で動くと、心拍数が増加します。胎児心拍の波形の上下変動が大きければ元気よく動いている、小さければ静かに眠っていると思っていでしょう。医師は心拍数の変動の様子や胎動の回数、ママの子宮収縮との関連性などを見て、元気があるか、元気がないかを判断します。

があるという結果が出たらどうするか」をパパともよく相談して答えを出した上で検査を受けてください。決して簡単な気持ちで受ける検査ではありません。

3回にわたって妊娠中の検査にご紹介してきました。ママと赤ちゃんが無事に妊娠、出産を乗り切るためにはたくさん検査があります。一つ一つの検査に関して、よく分からないこともあるかもしれません。体のことや検査のこと、金額のこと、何でも疑問に思ったことは、その場で解決していきましょう。聞きづらい質問の場合、医師ではなく、助産師や看護師に質問してもかまいません。スタッフとコミュニケーションをとることは、双方に信頼関係を育て、最終的にはママ自身が納得のいく出産をするための手助けになることでしょう。

## 健康&キレイ

### 肩こり解消大作戦

肩こりは人類が「二足歩行」を始めたことによって背負うことになった宿命のようなもの。成人で約5kgあるという頭部を支えているのが頸椎と首～肩にかけての筋肉です。この筋肉が右の図のような様々な原因で悲鳴をあげるのが「肩こり」です。日常の対策としては姿勢を良くするコト。いくらマッサージしても姿勢が悪いとまたすぐに肩こりになってしまいます。自分の足にあった靴を履くことも大切です。長時間何か夢中になって

肩こりしそうなときには首を回したり、伸びたり丸まったりしてみましょう。ところで、英語には「肩こり」を表す単語がないってご存じですか？つまり欧米人にはそのイメージ自体がないようです。私達は堅苦しい会に出たときなど、「肩のこる会だった」などとよく言いますよね。日本には気持ちの疲れまでも「肩こり」という言葉に込めて特別に意識する文化があるようです。



※肩こり・腰痛が長く続く場合、痛みがひどい場合は早めに専門医に相談することをオススメします。



## 院長から一言

トリノオリンピック真っ盛りにこの原稿を書いています。スキー、スケート、スノーボードなど毎晩遅くまで見ているのですが、私自身ずっと大昔にスキーをしていたので、やはりアルペン競技には思わぬ力が入ってしまいます。ずっと大昔というのはもう半世紀近く前、私が小学生になる少し前から父親に連れられて毎週のようにスキーに行っていました。そのまま続けていけば国体選手くらいにはなっていたかもしれません。転機は小学5年の時。ちょっと無理な体勢で転倒し、右足を骨折してしまっただのです。向こうずねのあたりを2カ所、1ヶ月ギブスを巻いて治ったとき、骨の軸がねじれてつながってしまいました。つまり膝をそろえるとつま先が20度くらい外に開くのです。この脚でスキーをすると、膝をそろえたときスキー板の先が外に開くのでまっすぐ滑れません。スキー板をそろえると右膝が内側にねじれて痛くなってきます。うまく滑れないと悩んでいた上に、中学3年の時、父親がやはり競技スキーで転倒し、骨折しました。これがきっかけでそれ以降スキーをやめてしまったのです。産婦人科医になってから、もう一度スキーを始めようかと思っていたとき、当時勤めていた病院の部長が、「もうこの歳(50歳位)になるとスキーもできないな。もし骨折でもして休診になると、クビになるからな」と言っていましたし、そのあとしばらくして、国体スキー選手級の友人(内科医)がこぶだらけの急斜面で大転倒し、3ヶ月入院したという話も耳にしました。彼がクビになったかどうかは知りませんが、遊びでケガをして、それまで見てきた妊婦さんの出産ができなくなると、産婦人科医として申し訳ないなと思ひ、それ以来スキーはこたつに入って見るスポーツとなりました。

## Q and A

**Q** GBSが陽性といわれました。どうすればいいでしょうか。

**A** GBSとは、B群溶連菌と呼ばれ、どこにでもいる常在菌です。膣・外陰部分泌物検査で調べ、妊婦さんの10~20%が持っているといわれています。特に自覚症状はなく、母体や胎児、妊娠経過に悪影響を及ぼすことはないため、本来なら治療する必要はありません。しかし、出産時、新生児に産道感染すると、肺炎、髄膜炎を起こしてしまいます。

いちばん怖いのが早発型GBSに感染した場合、ほとんどの赤ちゃんが生まれたその日に熱が出て、次の日に死に至ってしまいます。

赤ちゃんを助けるためには抗生物質が有効ですが、どこにでもいる菌なので予防は難しいのです。

例えば、妊娠中のママに抗生物質を投与して菌が消えたとしても、しばらくするといつの間にか発生してしまうこともあるのです。

感染を防ぐには出産時に抗生物質の点滴をすればいいのですが、すべての妊婦さんに行くと、今度はGBSの耐性菌ができてしまいます。そうすると、この菌がさらに悪いパワーをつけてしまうため、現在は行われていません。

佐藤クリニックでは、妊娠中GBSが陽性と出たママには全員に、分娩直前(破水で入院されたとき、陣痛で入院されたとき)から分娩までの間、

定期的に抗生物質の点滴を行って、新生児への感染を予防しています。



## スリッパの履き替えが不要になりました。

佐藤クリニックでは、医療機関としての環境感染対策に関し、常に最新の情報を基に改善を進めています。これにより、今まではプレマムルーム（陣痛室）やハビイルーム（分娩室）へ入室する場合、靴を脱いで青いスリッパに履き替えていただいていたのですが、2月20日より、スリッパに履き替えず、靴のまま入室していただくことになりました。

ただし、ブーツや、泥などが付着した靴の場合はスリッパに履き替えていただきますので、ご了承ください。院内の床などをなるべくキレイに保つため、玄関マットで靴のウラの汚れや泥を拭くようにご協力をお願いいたします。



### STAFF紹介

ルームアテンダント  
柏本 真由美

佐藤クリニックでお世話になって約半年がたちました。

私たちは、出産を終えられたお母さんがクリニックでの約5日間をゆっくりと快適に過ごして頂けるよう毎日頑張っております。

これからも今以上にお母さん方のご要望に出来る限りお答えできるよう努めていきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



### STAFF紹介

ナース  
安藤 公子

佐藤クリニックでお世話になりもうすぐ1年が経とうとしています。

私には3歳になるワンパク坊主がいて、毎日泣かされています。でも、出産し満面の笑顔で退院されていくお母様の顔を見ていると、私にもあんな時があったと思いつくことが出来、優しい気分に戻れます。まだまだ勉強不足な私ですが、これから出産されるお母様のお役に立てるよう一生懸命頑張りたいと思いますのでよろしくお願い致します。

2月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火			
	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム			
3月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム	診療時間 プレマム ルーム		