



## タバコと妊娠



タバコの煙の中には、4,000種類以上もの化学物質が含まれています。その中には、60種類の発がん性物質も含まれていると言われています。これらの化学物質は、確実に喫煙者の寿命を短くします。例えば、35歳の方が70歳まで生き続けられる確率は、非喫煙者が81%であるのに対し、喫煙者では58%であるという報告があります (Doll R. 2004)。

妊娠している女性がタバコの煙に接すると(まわりの人が喫煙することによる受動喫煙でも)、タバコに含まれる化学物質が肺や口腔粘膜・消化管から吸収され、容易に胎盤を通過し胎児に運ばれて行きます。赤ちゃんは、お腹の中にいるうちから発がん物質にさらされることとなります。このため、タバコを吸う妊婦さんから生まれる赤ちゃんには奇形が多いことがわかっています。同時に、タバコのニコチンは胎児に酸素を送る子宮動脈を収縮させ子宮胎盤血流を低下させます。また、煙に含まれる一酸化炭素は酸素を運ぶ役割を担っている血液の中のヘモグロビンと強く結びつき、血液の酸素運搬能を著しく低下させてしまいます。お母さんがタバコの煙にさらされる度に、お腹の赤ちゃんは酸素不足になっています。小さな赤ちゃんが出生する割合が増え、生後も突然死する危険が高くなります。また、お母さん自身の命に関わる常位胎盤早期剥離や前置胎盤が増加することも報告されています。

山口県では、妊婦さんの喫煙状況とタバコの害に関する知識の調査を2006年と2013年に行いました。妊娠前の喫煙率は20%であり、7年前の15%より大きく上昇していました。2014年度の女性の喫煙率が10%ですから、とても高いと言えます(JT全国喫煙率調査)。さらに残念なことに、若い女性で喫煙率が高いことがわかりました。10歳代、20歳代前半の妊娠判明時の喫煙率は、それぞれ52%、37%と極めて高い調査結果がでました。これからお母さんになる若い女性の2-3人に1人がタバコを吸っているということです。タバコが体や妊娠に悪いという知識には差はありませんでした。知っているのに止められない。まさに、麻薬にも劣らないタバコに含まれるニコチンの依存症によるものです。では、どうしたら良いのでしょうか? 救いは、妊娠判明を契機に84%の人が禁煙をしているということです。また、タバコを止められなかった妊婦さんもお母さん本数を半分に減らしていました。ほとんどの妊婦さんが、赤ちゃんのために我慢をしています。禁煙には切っ掛けが必要です。妊娠はとても良い切っ掛けになります。ただ、お産後も続けて行かないと、赤ちゃんを受動喫煙にさらしてしまうこととなります。妊娠中もタバコを吸っている妊婦さんには、夫や実の母親・夫の母親にタバコを吸っている人が多く、また、せっかく禁煙した妊婦さんにもまわりの喫煙者がいると分娩後に喫煙を再開してしまうと言われています。妊婦さんが頑張って禁煙しても、まわりの家族が妊婦さんの側でタバコを吸っていたのでは禁煙の効果は半減です。お父さんをはじめとした家族も、新しい命の、そして自分の健康も大事にしなくてはなりません。

新しい命を授かったことを切っ掛けとして、みんなが禁煙に挑戦すると、生まれてくる赤ちゃんも喜んでくれるのではないかと思います。産婦人科のスタッフも応援しています。

総合周産期母子医療センター長 佐世 正勝

**「おぎゃー!!!」**  
in 助産院 Sun

助産院でお産ができる方は、  
 ☞ 妊娠経過が正常な経産婦さんで、医師より助産院でのお産が可能と言われた方  
 ☞ ご本人とご家族が、助産院でのお産を希望されている方  
 ☞ 当病院の産科外来を受診されている方です。

院内助産院でお産をされたお母さんにお話を伺いました。今号は、3月に出産された 古屋 彩香さんです。同日に3人の男の子が誕生しました。

**現在の心境は?**  
大きかったお腹が少しへこんでスッキリ!!して動きやすくなったけど、今まであった胎動がなくなって少しさみしいです。生まれたてなので、やさしく扱ってあげないと...と慎重になります。上のお兄ちゃん達とは違って... (笑)



**助産院で出産しよう!と思われた理由は?**  
私は1人目、2人目の時に周産期センターでお産したので、助産院でのお産は3人目が初めてでした。2人目を妊娠中に担当医の先生から、「助産院はどう?」と聞かれたけど、畳でのお産にイメージが湧かなかつたし、周りに助産院でお産した人がまだいなかったの、分娩台でのお産を希望しました。今回も周産期センターと助産院で悩んだのですが、助産院でお産をした友達から、「良かったよ」と話を聞いたりして、費用も安いし、人生最後のお産だったら畳でのお産も経験してみようかなと思って助産院でのお産を希望しました。

**同日に、3人目を出産された方が偶然3人そろいました。どう思われましたか?**  
陣痛中、「自分だけじゃないんだ」と心強かったです。みんな予定日も同じくらいで、性別も同じだし、共通点がたくさんあってビックリしています。

**「いざ、お産!」から過ごされてみてどうでしたか?**  
上の子たちと違ってお産の進みがあまり良くなくて、陣痛が長かったです。助産師さんにすすめてもらってお風呂に入ったのですが(そこも助産院なら)、そこから陣痛が強くなってきて破水。破水してからは20分くらいで産まれてきて、とても早かったです。

**「助産院で出産を!」と検討中の皆さんへメッセージをお願いします。**  
立ち会い希望の人には絶対おすすめですよ。産む人も立ち会う家族も自然体で臨むことができ、変な緊張感がなく、周りもサポートしやすいし、受けやすいです。自分1人で産むのではないなと思えます。

**ご家族の反応は?**  
3人も立ち会えたのでよかったです。特に今回が1番参加した感じが、感動しました。良い経験ができたと思っています。(ご主人より)

ママといっしょに畳のお部屋でゴロゴロしたり、DVDみたり、おもちゃで遊んでよかったです。赤ちゃんに会ってすぐに、「かわいいネー」ってヨシヨシしてました。(お兄ちゃんより)

上の2人の子供たちにもあたたかく声をかけてもらって、騒がしかったと思いましたが見守ってもらって感謝しています。お風呂に入れてもらいリラックスできたようだし、娘の出産をすぐそばで応援できて、親としてうれしかったです。(お母さんより)

『初! 3兄弟ショット』

りゅうせい  
古屋 竜聖 くん  
平成27年3月6日 生まれ

**助産院Sunスタッフより**  
助産院で同じ日に3人産まれるなんて初めてのことで、みなさんにあわただしい思いをさせたのでは? でもリラックスできたと言っていただき安心しました。お名前が由来がプロ野球ですね。きっと兄弟3人で野球少年ですね。楽しそうなご家族の様子が目につかびます。素敵なお産に立ち会わせていただきありがとうございました。(石田)

**「竜聖 りゅうせい」**  
長男が西武ライオンズからとって「<sup>れおん</sup> 怜音」、次男が阪神タイガースからとって「<sup>たいが</sup> 大雅」なので、中日ドラゴンズと横浜ベイスターズからとって、字面を良くして「<sup>りゅうせい</sup> 竜聖」にしました。ちなみに全員パパが考えました。

**センター稼働状況**

分娩数	60件	緊急帝王切開	3件
母体搬送	4件	NICU稼働率	74.2%
新生児搬送	1件	MFICU稼働率	99.5%

**「すいかのプール♪」**

by.お飾り隊

**編集後記**  
残暑お見舞い申し上げます。皆さん、連日の猛暑で体調を崩されていませんか? 先日、大分県のうみたま体験パーク『つくみイルカ島』に行ってきました。イルカとのふれあいから一緒に泳ぐことまで体験できるのでオススメですよ♪ 夏休みの思い出にいかがですか?  
(T.O.N.S.Y.M.K.H.)



周産期センターキャラクター マミー&メイ

(平成27年7月)