



## トピックス

### 流産と染色体異常



みなさんの周りに流産を経験したことがある方はいますか？もしかしら、ご自身が流産の経験をお持ちかもしれません。というも全妊娠の約15%は流産に至ると言われているからです。流産は決して稀なことではないのです。ではなぜ流産が起こるのでしょうか？

流産の約80%は妊娠12週未満に起こります。この初期流産の原因の約半数は胎児の染色体異常と言われています。染色体異常とは、染色体の数や形の変化のことです。流産においては数の変化が原因となることが多いです。特に多いのが、トリソミー（同じ種類の染色体が3本ある）と呼ばれる変化です。

人間は23対46本の染色体を持っています。大きい順に1~22番の番号が付けられた染色体が各2本ずつ（22種類×2本=44本）と性別を決める染色体が2本あります。精子と卵子はそれぞれ23本の染色体を持ち、受精することで46本になります。精子や卵子を作る時、46本の染色体を持つ細胞が「減数分裂」という特殊な分裂をすることで染色体数が半分になります。この分裂の時に、染色体が上手く分かれず22本あるいは24本の染色体を持つ精子や卵子ができることがあります。

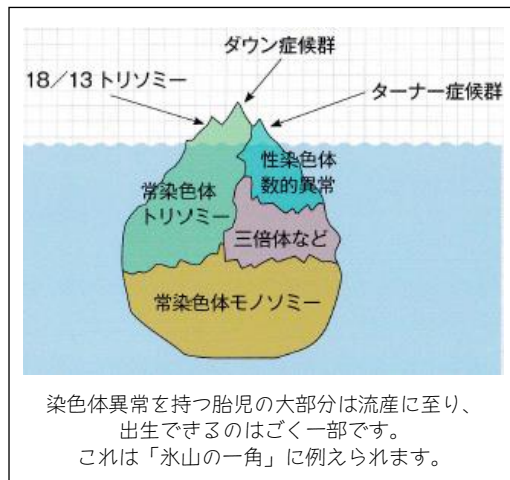
例えば、24本の染色体を持つ卵子と23本の染色体を持つ精子が受精すると、染色体は全部で47本になります。この時に3本ある染色体が16番染色体の場合を「16トリソミー」と呼びます。流産した胎児のトリソミーの1/3がこの16トリソミーであることが分かっています。

染色体には遺伝子がついています。遺伝子はタンパク質を作るための暗号が並んだものです。染色体の数が増えたり減ったりすることで遺伝子に過不足が生じて、生命の維持に必要なタンパク質が作られなかったり上手く働かなかったりします。これが流産につながることもあるのです。

では、トリソミーは必ず流産になるのでしょうか？染色体にはさまざまな大きさのものがあり、一般的に大きな染色体にはそれだけ多くの遺伝子がついています。ですから、のっている遺伝子が少ない小さな染色体が1本増えた場合には、流産を免れて産まれてこられる場合があります。このうち最も多いのがみなさんも聞いたことがある「ダウン症候群（21トリソミー）」です。しかし、ダウン症候群の7割は流産に至り、産まれてくることのできるのは3割とも言われています。産まれてくることのできたダウン症候群を持つ赤ちゃんが、いかに生命力の強い赤ちゃんかお分かり頂けるかと思えます。

「流産したのは私があの時に〇〇したからだ…」とご自分を責める女性もいるかもしれません。しかし、ほとんどの流産は女性が無理をしたからとか病気のためではありません。胎児の染色体異常による流産は誰のせいでもないのです。「染色体異常」と聞くと「それって稀なことだから私には関係ないでしょ」と思う方が多いと思います。染色体異常は精子や卵子でよく起こることで、決して稀なことではないことを知って頂ければと思います。

認定遺伝カウンセラー 中西 真美



## 「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月に出産された田中 藍子さんです。

### 助産院で出産しよう！と思われた理由は？

上の子の時は分娩台での出産でしたが、一度はフリースタイル分娩を経験してみたいと思っていました。また、産後こちらでお世話になり、相談にもってもらえ、ゆったりと過ごすことができたので、2人目の時はぜひお願いしたいと決めていました。

### 助産院でお産をすることで不安な事はありましたか？

何か異常があれば、すぐに周産期センターでみてもらえ、体制も整っているので不安はありませんでした。スタッフの方、皆さんとても親切・丁寧で安心感がありました。お産～入院中、本当によくしていただいて感謝しています。

### 「いざ、お産！」の時はどうでしたか？

お産の1~2週間前から、ほぼ毎日5分おきの前駆陣痛があり、当日も同じような感じで、入院するタイミングにすごく迷いました。病院に行く時、お腹の子は上向きになっており、なかなか陣痛感覚も縮まらず、まだかかるのかなあと感じていましたが、進みはじめるにあつという間でした。向きが戻ってくれたのかなと思っていたら、まさかの上向きのままで!! 私も、立ち会ってくれた人、みんなビックリのお産でした!

### ご家族の反応は？

主人は仕事の都合で立ち会いができないかもしれない状況でしたが、そのことがわかってきたかのように、本当にちょうどいい時間に入院～お産となり立ち会えました! 「空気が読める子だね〜」と話しています。2才のお兄ちゃんは、深夜の入院だったため実家にあずけていましたが、夜間何かを察したのか目覚めて、行くと聞かず病院へやってきました。産まれる頃には、眠たくてジラもあり帰宅していましたが、陣痛の最中、「よしよし」「がんばってー」と応援してくれた事がとてもうれしかったです。産まれてからもとても可愛がってくれて、毎日「ちゅう〜」をしています(笑)

### 「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。

自分の好きなタイミングで、好きな姿勢をとれ、制限なく自由に動き回れるフリースタイルは、とても楽で、本当に自然な流れで自然なお産を味わうことができると思っています。興味がある方はぜひ経験してみたいです。

### 『ぼくのおとうと〜♪』



みなと 湊斗くん  
平成28年3月16日 生まれ

### 助産院Sunスタッフより

病院に入院された時の田中さん、まだまだ余裕のある様子でしたが、お産が進み始めるとあつという間でしたね。2才のお兄ちゃんも、真夜中にかけてくれて、しっかりママの応援と「よしよし」。田中さんご一家の家族の絆に、私達スタッフも心温まる気持ちでお産に立ち会わせて頂きました。また助産院にも遊びに来て下さい。(山本)

## マタニティレシピ



### 枝豆とコーンの冷製ポタージュ

(1人分)	【1日の推奨量】
・エネルギー 101 kcal	たんぱく質 5.4mg
・カルシウム 271 mg	【650 mg】
・葉酸 138 μg	【480 μg】
・鉄 3.7 mg	【21.5 mg*】
・塩 0.6g	*中・後期

材料を全部ミキサーに入れるだけの簡単レシピです。

葉酸豊富な枝豆・コーンを使っています。合わせて、カルシウムや鉄・葉酸を強化された牛乳を使用し、栄養たっぷりですよ。

- ※材料 (2人分)
- ・枝豆 50g
  - ・コーン 25g (水煮・冷凍でも可)
  - ・牛乳 200ml (カルシウム、鉄強化)
  - ・コンソメ 1g または 塩 0.5g
  - ・胡椒 少々

- ※作り方
1. 枝豆を茹で、さやから出す。
  2. コーンは、冷凍の場合は解凍し、水煮缶の場合は水を切っておく。
  3. ミキサーの中に材料すべてを入れ、なめらかになるまでかける。
  4. ザルや味噌こしなどで粒を除く。

温めても冷たいままでどちらでも美味しく食べられます♪

あつという間に完成しました! 粒は除かずに食べましたが、食感が楽しめて美味しかったです◎ これからが旬の枝豆やコーン、余ったら冷凍しておくですぐに使えて便利です。(母子保健室)

【レシピ提供者】  
栄養管理部  
吉岡 理沙

## センター稼働状況

分娩数	56件	緊急帝王切開	7件
母体搬送	3件	NICU稼働率	75.0%
新生児搬送	4件	MFICU稼働率	98.9%

(平成28年5月)

## 「あした天気になあれ!」



## 編集後記

山口県も梅雨入りしましたね。6月と言えば、紫陽花やホテルが思い浮かびます。別名「あじさい寺」と呼ばれる防府市の阿弥陀寺では、80種4000株の「あじさい」が鑑賞できるそうですよ。この時期だからこそ味わえる美しい景色をゆっくり楽しんでみませんか? (T.O.S.N.S.Y.M.K.H.)

周産期センター  
キャラクター  
マミー&メイ