



総合周産期母子医療センターだより

平成 28 年 10 月号

2016年10月17日発行 (No.130)
 山口県立総合医療センター
 〒747-8511 山口県防府市大字大崎 77 番地
<http://www.ymghp.jp>
 tel:0835-22-4411 (代表)



トピックス

子宮頸管長ってご存知ですか？



子宮頸管長(しきゅうけいかんちょう)ってご存知ですか？

子宮は赤ちゃんを育てるための筋肉の袋で、とっくりを逆さまにしたような形をしています。赤ちゃんが育つのは奥の広がっている「体部」というところですが、出口のすぼまったところを子宮の頸(首)の部分、すなわち「頸部(けいぶ)」といいます。子宮頸管長とは、「頸部(頸管)の長さ」のことです。

頸管は妊娠の経過とともにだんだん短くなっていき、最後は開いてお産になるのですが、早くから短くなって開いてしまうと破水や早産の危険性が高くなるため、妊娠中はとても気になる、大事な長さになります。

当院では妊娠 32 週頃まで、妊婦健診のたびに超音波検査で頸管長を測って、早産のリスクがないか確認します。お腹がよく張る人は短くなりやすく、前回の妊娠で早い時期に短くなった人は次の妊娠でも短くなりやすい傾向にあります。子宮頸がんや円錐切除術(頸部を切除する手術)を受けた人も短めです。

お腹も張っていないのに頸管が短くなってしまふ状態を「頸管無力症」といいます。無力症と診断された人は、安静にしても張り止めを飲んでいても、頸管がどんどん短くなって開いてしまうので、子宮頸管縫縮術(ほうしゅくじゅつ)を行います。巾着の口をしめるように、子宮頸部を糸で縛ってしまうのです。妊娠初期から頸管長が短い人や、前回の妊娠で無力症と診断された人は、リスクの少ない妊娠 14 週頃に縫縮術を予定しますが、急に短くなった人でも妊娠 24 週までなら手術ができます。手術時間は 15 分程度ですが、手術が刺激となってお腹が張ったり、破水したりする危険性はゼロではありませんので、すでに張りが強い人や感染がある人は手術できません。手術後に張りなどがなければ、普通の妊娠生活を送れることが多いです。もちろん無理はできませんが、縛った糸を切らなければお産ができませんので、妊娠 37 週になる頃に外来で抜糸します。

妊娠 24 週以降の人、お腹が張っている人、炎症反応が強い人は早産や破水のリスクが高くなるので、手術をするほうが危険と判断し、妊娠 35 週~37 週頃まで安静入院となります。

頸管長が妊娠 25 週頃に短くなった場合は最長 37 週までの 12 週間(約 3 か月間!)安静入院になってしまいます。頸管無力症の人は防ぎようもないですが、妊婦健診で「頸管長が短いので安静にしてください」と言われた場合は、なるべくお腹が張らないように安静にしましょう。

産婦人科 部長 鳥居 麻由美

「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。

都合により
掲載は控えさせていただきます

マタニティレシピ

かぼちゃとりんごのケーキ

(1人分) 【1日の推奨量】

- ・エネルギー 103 kcal
- ・葉酸 20 μg 【480 μg】
- ・塩分 0.3 g

炊飯器でかんたんにできるケーキです。かぼちゃに含まれている葉酸は、貧血を予防してくれます。食欲がない時のおやつにどうぞ ☺

※ 材料 (炊飯器 5 合用, 12 人分)

- ・かぼちゃ 250g
- ・りんご 1個
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・卵 1個
- ・豆乳 100ml
- ・マーガリン 少々

※ 作り方

1. りんごとかぼちゃを 2cm 角に切り、かぼちゃは電子レンジで 3~4 分加熱する。
2. ボウルに卵、豆乳、ホットケーキミックスを入れて混ぜ、①を加えてざっと混ぜる。
3. 炊飯器のかまにマーガリンを薄くぬり、②の生地を入れ、炊飯スイッチを押す。
4. 焼きあがったら冷ましてカットする。

【レシピ提供者】
栄養管理部
三輪 しのぶ

食べきれない場合は冷凍して保存できますよ

りんごの甘みが程よく、あっさりとした味のケーキでした。冷凍しておくとお腹がすいた時にすぐに食べられていいですね ☺ かぼちゃは、ロロンという品種を使ってみました。(母子保健室)

センター稼働状況

分娩数	58 件	緊急帝王切開	4 件
母体搬送	5 件	NICU 稼働率	74.4%
新生児搬送	1 件	MFICU 稼働率	98.3%

(平成 28 年 9 月)

「パンプキンカーでGo!!」

by. お飾り隊

編集後記

HAPPY HALLOWEEN

10 月と言えば、ハロウィン!! 日本で暮秋のイベントとして定着してきましたね。今年も周産期センター4 階のロビーはハロウィンのお飾りで賑やかですよ!!

周産期センター
キャラクター
マミー&メイ

(T.O.N.S.Y.M.K.H.)