



# 総合周産期母子医療センターだより

令和6年10月号

2024年10月23日発行 (No.226)  
 山口県立総合医療センター  
 〒747-8511 山口県防府市大字大崎 10077 番地  
<https://www.ymghp.jp>  
 tel:0835-22-4411 (代表)

## トピックス

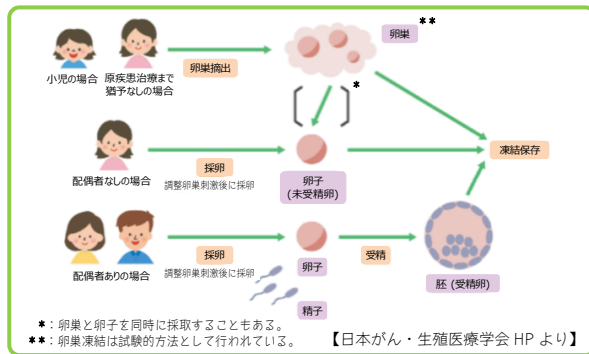
### 卵子凍結について



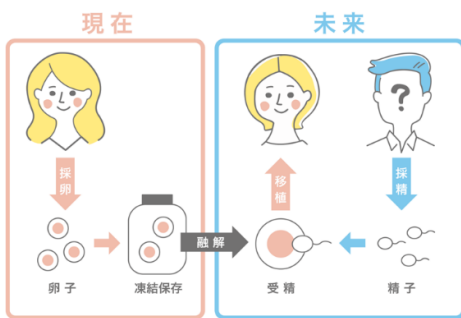
卵巣から採取した卵子を将来の妊娠に備えて凍結保存することを卵子凍結と言います。卵子はまだ精子と受精させる前の段階なので未受精卵とも言います。将来自分の子どもを授かる可能性を残すために、卵子や精子、受精卵、卵巣組織の凍結保存を行うことを妊孕能温存と言います。この妊孕能温存の中で、最も代表的なものが卵子凍結です。

卵子凍結には、悪性腫瘍などに罹患した女性が、抗がん剤、放射線療法、手術などの癌治療を行うことによって、卵子の減少や消失、および卵巣機能が低下する可能性がある場合に妊孕性を温存する目的で行う「医学的適応」と、健康な女性が加齢による影響を受ける前の質の良い卵子を凍結保存して将来の妊娠に備えることを目的とした「社会的適応」があります。

医学的適応では、白血病や乳がんなど悪性腫瘍患者さんが妊孕能温存を希望された場合、小児では卵巣組織凍結、成人で未婚の場合は卵子凍結、ご結婚されている場合は体外受精して受精した受精卵(胚)を凍結保存します。凍結卵子は、将来、結婚や妊娠を希望するときに融解して、パートナーの精子と体外受精(顕微授精)を行い、受精卵(胚)を子宮に移植することで妊娠成立を期待します。



\*: 卵巣と卵子を同時に採取することもある。  
 \*\*: 卵巣凍結は試験的方法として行われている。【日本がん・生殖医療学会 HP より】



社会的適応は、医学的(メディカル)ではないのでノンメディカルな卵子凍結とも言われます。「健康」な女性が年齢とともに妊娠しにくくなることを懸念する場合の卵子凍結であり、事前に、将来の妊娠に備えて若い頃の卵子を凍結しておこうという考え方です。すぐには結婚の予定がない、仕事が忙しくてすぐの妊娠はムリ、とりあえず若い卵子を保存しておきたい、といった理由です。ただし、卵子凍結をすれば将来必ず妊娠できるわけではありません。

卵子融解-精子と体外受精(顕微授精)-受精-胚発育-胚移植-着床の過程が全てもうまくいって妊娠が成立しますので、1個の卵子が妊娠、出産までたどりつく確率は10%程度とされています。そのため10個程度の卵子凍結が必要と考えられています。社会的適応は、病気に対する医療行為ではなく、あくまでも本人の希望であり、日本産科婦人科学会は推奨する立場をとっていません。妊娠、出産には適した年齢があること、妊娠を将来に先延ばしにすることで妊娠出産時の年齢が上昇することによるリスク(妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病、産後出血)があること、出産に続く長い子育てがあることなど考える必要があります。

当院は、日本産科婦人科学会の指針に従い医学的適応に対して対応しています。当科に受診を希望される方は担当の先生にご相談されて、紹介をしてもらって下さい。

産婦人科 婦人科診療部長 田村 博史

## マクニティレシピ



『かぼちゃプリン』

| 栄養情報 (1個あたり)    | 【1日の推奨量】  |
|-----------------|-----------|
| ・エネルギー 102 kcal |           |
| ・たんぱく質 3.3 g    | 【50g】*1   |
| ・カルシウム 50 mg    |           |
| ・鉄 0.4 mg       | 【6.5mg】*2 |
| ・葉酸 24 μg       | 【240μg】*3 |
| ・食物繊維 1.2 g     |           |
| ・塩分量 0.1 g      |           |

\*1 中期+5g, 後期+25g, 授乳期+20g  
 \*2 初期+2.5mg, 中期・後期+9.5mg, 授乳期+2.5mg  
 \*3 妊活中〜初期+400 μg<sup>※</sup>, 中期・後期+240 μg, 授乳期+100 μg  
 (※サプリメントや食品中に強化される葉酸より摂取)

蒸し器やオーブンを使わず作れるレシピです。鍋を使った作り方と電子レンジを使った作り方を載せています。鍋で作ると蒸しプリンのような、電子レンジで作るとスイートポテトのような食感に仕上がります。今回は余ったかぼちゃの皮を使い、ハロウィン仕様に飾り付けてみました。

材料【100cc ココット 3個分】

- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| <b>【カラメルソース】</b> | <b>【かぼちゃのプリン液】</b> |
| ・砂糖 小さじ3         | ・かぼちゃ 100g         |
| ・水 小さじ3          | (正味黄色い果肉部分のみ)      |
|                  | ・砂糖 15g            |
|                  | ・卵 1個              |
|                  | ・牛乳 100cc          |
|                  | ・バニラエッセンス(あれば) 少々  |



### 作り方

#### 【カラメルソース】

- ① 耐熱容器を3つ用意する。各容器に砂糖小さじ1と水小さじ1/2を入れ、600Wの電子レンジで1分加熱する。カラメル色になるまで20秒ずつ追加加熱する。
- ② カラメル色になったら取り出し、各容器に水小さじ1/2を少しずつ入れ、混ぜる。

#### 【★鍋で加熱する場合】

- ⑩ 流し入れ終わったら、耐熱容器にアルミホイルを被せ密閉する。
- ⑪ 鍋に耐熱容器を入れ、容器の1/3程度の高さまで鍋に水を入れる。一度容器は取り出し、お湯を沸かす。
- ⑫ 沸騰したら弱火にし、⑩を入れて鍋蓋をし、7分加熱する。加熱し終わったら、火を消しそのまま7分放置する。固まっていなければ、1分ずつ追加加熱する。
- ⑬ 粗熱をとり、冷蔵庫で冷やして完成。

#### 【☺電子レンジで加熱する場合】

- ⑩ ⑨をラップをせずに、600Wの電子レンジで1つずつ1分加熱する。加熱が足りないようであれば様子を見ながら10秒ずつ追加加熱する。
- ⑪ 粗熱をとり、冷蔵庫で冷やして完成。

#### 【かぼちゃのプリン液】

- ③ かぼちゃは種を取り除きよく洗い、水気を軽く切ってラップで包み600Wの電子レンジで3分加熱する。竹串を刺してすっと通るまで様子を見ながら追加加熱する。
- ④ 粗熱をとり、かぼちゃの果肉をボウルに入れ、マッシャーまたはフォークでなめらかなペースト状になるまでつぶす。(かぼちゃの皮は除く)
- ⑤ ペースト状になったら砂糖を入れ泡立て器で混ぜる。
- ⑥ 溶きほぐした卵を2回に分けて入れ、泡立て器でその都度混ぜる。
- ⑦ 牛乳を600Wの電子レンジで1分加熱し、温めた牛乳を⑥に少しずつ加え、さらに混ぜる。お好みでバニラエッセンスを入れる。
- ⑧ ⑦をザルでこす。
- ⑨ ②のカラメルが入った耐熱容器に⑧のプリン液を等分に流し入れる。



鍋で加熱→★⑩へ、電子レンジで加熱→☺⑩へ

【レシピ提供】栄養管理部

## センター稼働状況

|       |     |          |       |
|-------|-----|----------|-------|
| 分娩数   | 41件 | 緊急帝王切開   | 10件   |
| 母体搬送  | 8件  | NICU稼働率  | 74.2% |
| 新生児搬送 | 5件  | MFICU稼働率 | 78.9% |

(令和6年9月)

## 『Happy Halloween』 編集後記



ようやく秋らしく過ごしやすい季節になってきました。急激な気温の変化で体調を崩されてはいませんか？さて、10月と言えば……。今年も周産期センター4Fのロビーは『ハロウィン』のお飾りで賑わっていますよ。



周産期センターキャラクターマミー&メイ