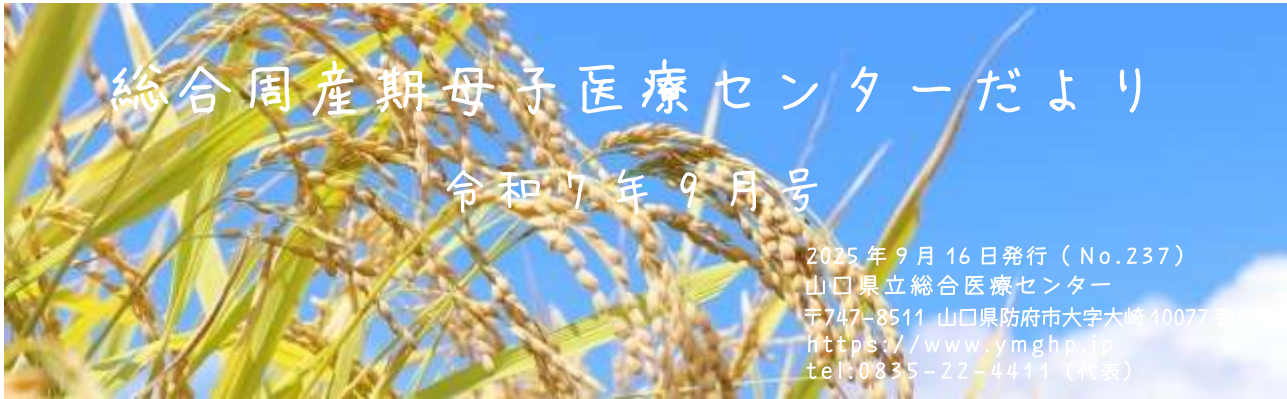


切迫流産、絨毛膜下血腫について

切迫流産と聞いて、びっくりされる方がいるかもしれません。切迫流産で実際に流産となってしまう割合は、妊娠 12 週までで 15ー20％といわれています。この数字を大きいと感じるでしょうか？小さいと感じるでしょうか？ただ、実際に切迫流産と診断されてしまうと、心配になってしまいます。切迫流産には、効果的な治療法はないといわれていて、そのことも心配を増幅させる要因となっています。妊娠の初期には、軽い腹痛を感じたり、少量の出血を認めることがしばしばあります。もし少量の出血に気づき、すぐに産婦人科を受診したとしても、有効な対処法はありません。少量の出血や軽い腹痛であれば、まずは自宅で安静にされるのが良いと思います。ただし、月経のような多めの出血があったり、腹痛がひどい場合は、夜間や休日であっても産婦人科へ連絡してください。

切迫流産の原因には、染色体異常などの赤ちゃん側の要因、絨毛膜下血腫★（胎盤ができる途中で子宮内に出血が起こり、それが固まって子宮内にとどまった状態）などのお母さん側の要因があります。原因の頻度としては、前者が多く、流産となってしまった命の多くは救うことのできない運命なのです。

ですから、もし流産になりそうな方や流産の経験がある方は、自分を責めないでください。絨毛膜下血腫の原因については、よくわかっていないところもあり、効果的な治療法はありません。それでも腹痛や性器出血があり切迫流産の状態であれば重労働や長時間労働は避けた方が良いでしょう。ですので、安静や勤務の緩和が必要かどうか主治医と相談してください。厚生労働省の『母性健康管理指導事項連絡カード』も活用できます。



★【妊娠 12 週の 絨毛膜下血腫（矢印）】

流産はとてもつらく悲しい経験です。「次もまた流産したらどうしよう」と不安に思われるかもしれません。しかし、次の妊娠で無事に出産できる確率を、流産の回数別に調べてみると、2 回流産で 80％、3 回流産で 70％、4 回流産で 60％、5 回流産で 50％だった、という報告があります。赤ちゃんを授かる割合は少しずつ下がりますが、将来、妊娠・出産できる可能性は、ちゃんと残されています。

切迫流産となり流産となってしまった方々が次の妊娠へ臨むにあたり、気持ちの持ち方はとても大切といわれています。ご家族や周囲のサポートを受けながら、前向きな気持ちで妊娠・出産に取り組んでほしいと思います。

産婦人科 部長 田邊 学



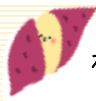
マタニティレシピ



ポタージュは、牛乳を使用するのでカルシウムを摂取することができます。さつまいも以外でも、かぼちゃ、じゃがいもなどを使って作ってもおいしいです。



『さつまいもポタージュ』



材料【2 人分】

- ・さつまいも 180g
- ・玉ねぎ 100g
- ・塩 ひとつまみ
- ・コンソメ 2.4g
- ・バター 5g
- ・牛乳 200ml
- ・水 100ml



作り方

- ① さつまいもを一口大に切り、玉ねぎを薄切りにする。
- ② 鍋に①と水を加えて火にかける。
煮立ったら塩をひとつまみ入れ、蓋をして中火で 15 分煮込む。
- ③ 具材が軟らかくなったら、コンソメとバターを加え、バターが溶けたら火を止める。
- ④ 粗熱をとって、③と牛乳をミキサーに移して滑らかになるまで混ぜる。
- ⑤ 鍋に戻して温めなおして完成。



調味料を入れる前に食材を取りわけ、だし汁を加えてミキサーにかけると離乳食にもなります。



【レシピ提供】栄養管理部



センター稼働状況



分娩数	26 件	緊急帝王切開	4 件
母体搬送	6 件	N I C U 稼働率	75.0 %
新生児搬送	2 件	M F I C U 稼働率	57.5 %

(令和 7 年 8 月)

『おつきみパーティ』



編集後記



9 月も半ばを過ぎ、ほんの少し日差しが柔らかくなりました。残暑バテされていませんか？今月のお飾り(←)は、動物たちが秋の実りに感謝して『おつきみパーティ』を開いています。もうしばらく暑い日が続くようです。皆さまご自愛ください。
(母子保健室)



周産期センター
キャラクター
マミー&メイ