

健やかな妊娠と出産のために「妊婦健診」を受けましょう！

問合せ先 市役所健康推進課（市役所防災庁舎 4階 電話31-4524・4525）

●釧路市の赤ちゃんの約8人に1人が小さく生まれています



赤ちゃんが小さく生まれると何が心配なの？

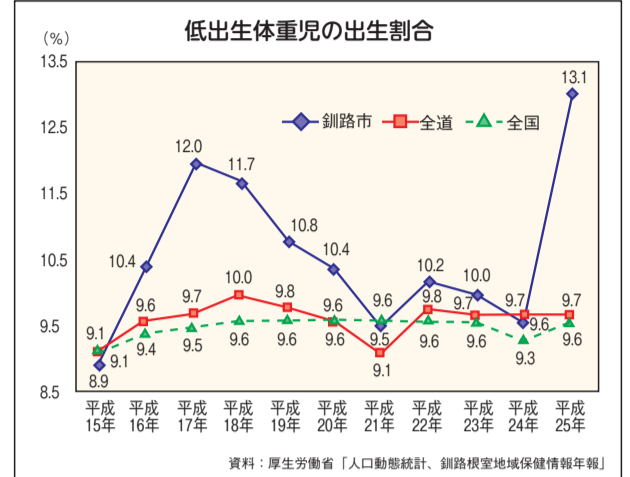
赤ちゃんが将来的に肥満や高血圧、糖尿病などの生活習慣病を発症しやすくなることや、発達障がい の頻度が高くなること がわかっています。



出生時の赤ちゃんの平均体重は約3,000グラムですが、釧路市では低出生体重児（2,500グラム未満）の生まれる割合が高いという特徴があります。その原因はさまざまですが、釧路市の場合は特に妊婦さんの喫煙率が高いことが原因の一つとして考えられています。

※小さく生まれた赤ちゃんでも定期的な健診などで健康状態を確認し、必要な対応をとることで、心配な病気の発症を予防することができます。

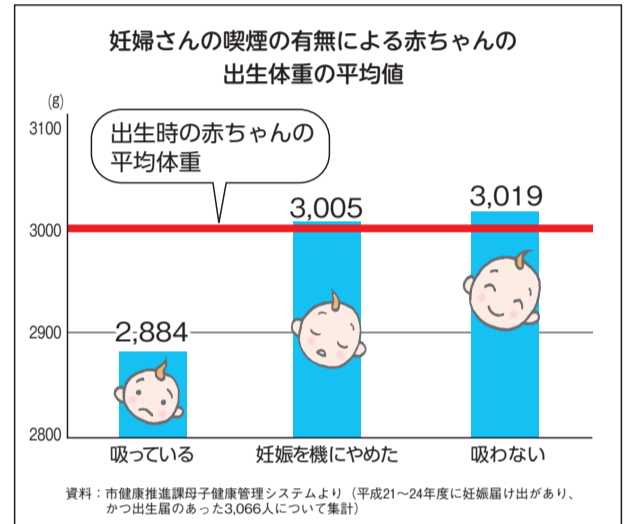
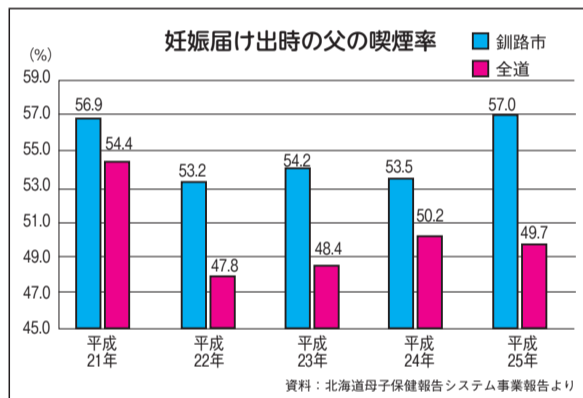
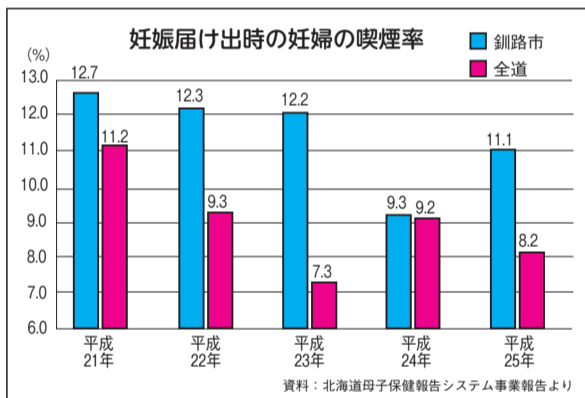
（平成25年）



●たばこが赤ちゃんに与える影響

釧路市で、妊娠中にたばこを吸っていたお母さんから生まれた赤ちゃんは、たばこを吸わないお母さんから生まれた赤ちゃんに比べて約135グラムも小さいことが分かりました。たばこは血管を収縮させる作用があり、さらに有害物質は胎盤を通過してしまうため、赤ちゃんが十分な期間おなかの中にいながらもかかわらず、内臓などの大切な器官が未熟なまま生まれてきていることが考えられます。

内臓が育たないと、生まれてから生活習慣病などのさまざまな病気にかかりやすい心配があります。また、お父さんの喫煙率も全道平均に比べて高い状況です。たばこの副流煙が妊婦さんに届くことで、赤ちゃんの健康に影響が出る心配があります。



おなかの中にいる時から、赤ちゃんの生活習慣病予防は始まっているんだよ！



●妊娠が分かったら、妊婦健診を受けましょう！



どうして妊娠中の健診が必要なの？

妊婦健診は赤ちゃんの育ちを確認し、さまざまなリスクを軽減させることができます。



妊娠が分かったら、病院等で診察を受けて「妊娠届出書」を受け取り、母子健康手帳の手続きに市役所へお越しください。保健師が妊娠中から産後まで安心して過ごせるように、さまざまなご案内とともに、妊婦健診を受診するための助成券をお渡ししています。

特に、初回の妊婦健診は妊娠初期の妊婦さんと赤ちゃんの健康状態を確認する上でとても重要で、検査項目も多くなっています。病院等で検査（右記参照）を行い、赤ちゃんや妊婦さんの健康状態に合わせて、出産や育児に向けてのアドバイスを受けていただくことが、安全で安心な出産と、次の世代を担う子どもたちの健やかな成長につながります。

※これらの検査の実施は医療機関や妊娠経過によって異なる場合があります。医師の指導の下で必要な検査を受けてください。

妊婦健診の主な内容

※参考文献：厚生労働省通知

尿検査・血圧測定	血圧の上昇、たんぱく尿や尿糖の有無により、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病などの病気を早期に発見します。	
体重測定	妊娠中は体格に応じた適切な体重増加が必要です。体重の増え方が著しく多い場合は妊娠高血圧症候群など、著しく少ない場合は赤ちゃんの発育が順調でない可能性が考えられます。	
血液検査	血液型等の検査（ABO式血液型、Rh血液型および不規則抗体に関わるもの）	赤ちゃんとの「血液型不適合」を早期に発見します。また、妊婦さんに「不規則抗体」があると赤ちゃんが黄疸になる心配があるため、その時に備えて検査をしておきます。
	血算	貧血の予防や、お産のときの出血リスクを考え、あらかじめ異常が無いか確認しておきます。
	血糖	妊娠中は赤ちゃんに栄養を届けるために妊婦さんの血糖値が上昇しやすくなっていますが、上がり過ぎると早産・流産の心配や、赤ちゃんの発育に影響が現れます。産後も赤ちゃんとお母さんの両方に将来的な生活習慣病のリスクが高くなるため、必要なときは治療を行います。
	風疹ウイルス抗体	妊婦さんが妊娠初期に風疹にかかると、赤ちゃんの健康に影響する心配があるため、妊婦さんの抗体価を確認します（妊娠前に検査をして予防接種を受けることがより大切です）。
超音波検査（エコー検査）	その他の感染症検査	赤ちゃんへの感染を防ぐために、HTLV-1（ヒトT細胞白血病ウイルス-1型）抗体、B型肝炎、C型肝炎、HIV、性器クラミジア、B型溶血性レンサ球菌などの感染の有無などを調べます。
超音波検査（エコー検査）	おなかの上や、膈内から超音波を当てることで、おなかの中の様子が画像になって現れます。妊娠週数や赤ちゃんの大きさ・発育状態、胎盤の位置、羊水などが分かります。	

4月から初回の妊婦健診の助成額を1万2,000円に増額しています。

出産後も、赤ちゃん訪問（全ての家庭が対象）や乳幼児健診、予防接種など、市ではさまざまな事業で、お母さんやお子さんたちを応援しています。安心して子育てができる環境づくりを進めていきますので、分からないことや不安なことがあったら、いつでもご相談ください。

●妊婦健診・赤ちゃん訪問・乳幼児健診・予防接種等についてのお問い合わせ 市役所健康推進課（電話31-4524・4525）