



妊娠中の感染で 気をつけること

企画：
日本医師会

No. 485

指導：埼玉医科大学病院産婦人科 教授 亀井 良政

お腹の赤ちゃんのために

妊娠中はホルモンバランスが崩れやすく、免疫力も低下するため感染症にかかりやすくなります。妊娠中に感染するとお腹の赤ちゃんに障がいが生じる危険のある風疹ウイルスやサイトメガロウイルス、トキソプラズマ、ジカウイルスなどの病原体については、特に注意が必要です。

唾液や体液を介して感染する場合もあるため、家族など周囲の人からの感染にも十分気をつけましょう。

日常生活の注意点

手洗いは感染防止に重要です。食事の前にはしっかりと、おむつの処理の後などにも念入りに手を洗いましょう。また、生肉の調理やガーデニング、猫の糞の処理をするときは手袋を付けてください。

食材はしっかり加熱したものを食べましょう。食べ物の口移しや子どもの食べ残しを食べることは避けてください。

外出時には人ごみを避け、マスクを着用します。特に熱や発疹のある子どもには注意が必要です。中米、南米、カリブ海地域や東南アジアなど、ジカウイルス流行地域への旅行はできる限り控えましょう。

ワクチン接種は 家族の協力も

妊娠中でもインフルエンザワクチンは安全に接種できますが、風疹ワクチンは接種できません。妊婦健診で「風疹抗体なし」と診断された方は、周囲からの感染を防止するために同居の家族に麻しん風疹混合ワクチンを接種してもらいましょう。

この他にも、妊娠中にはさまざまな体調の変化や注意することがあります。気になることは、かかりつけの産婦人科医に相談しましょう。

