

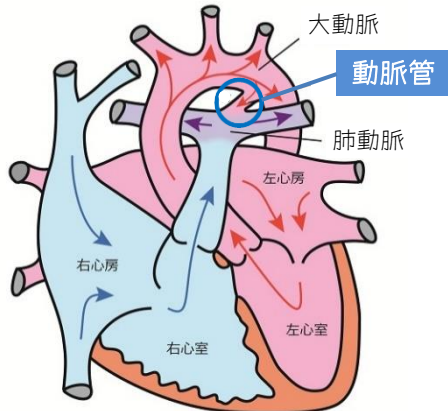


トピックス



妊娠成立より約10ヶ月間、赤ちゃんは大事にお母さんのお腹の中で育てられ、体がしっかり成熟した時点で陣痛、分娩となり生まれてきます。そして生まれた瞬間にオギャーと泣き、晴れて人生の第一歩を踏み出します。オギャーと泣くこと＝（イコール）赤ちゃん自身の肺を使って呼吸をすることです。一方、胎児期は肺を使って呼吸をすることはないため、胎児の酸素の取り込み、二酸化炭素の排泄は胎盤を介して母体が行います。このため胎児期の血液の流れは通常の経路とは異なります。この特殊な胎児期の血液循環を維持するために存在する動脈管という血管について少しお話したいと思います。

胎児期は、酸素・二酸化炭素のガス交換を行う臓器である肺に血液が流れる必要がないため、肺全体に張り巡らされた血管は収縮し、血液が流れにくい状態になっています。この状態を「肺高血圧」といいますが、この肺高血圧のため、通常であれば肺に流れる血液は行き場を失ってしまいます。この状態では心臓から肺へ血液を送り出せず、心臓うっ血→心不全となり生命の維持が困難となります。これを解決するために、肺へ流れる血液を全身へ血液を送る大動脈へ逃がす役目をする動脈管という血管が胎児期には存在しています。この動脈管というバイパスにより、肺高血圧状態である胎児の血液が滞ることなくスムーズに流れ、胎内で健康な状態を保つことができます。胎児期に起こる「早期動脈管閉鎖」は胎児死亡の一因ともなるため注意が必要です。



宮城県立こども病院 HP より
(一部改変)

通常、動脈管は、出生後に肺での呼吸が確立したあとには不要となるため、生後24時間前後で自然に閉鎖してしまいます。閉鎖しない場合は、「動脈管開存症」という病気になり、肺へ過剰な血液が流れるため心不全、腎不全、肺出血などを引き起こします。この場合は治療薬投与を行います。この場合は治療薬投与を行いますが、薬剤で閉鎖しない場合は、動脈管を結紮する外科手術が必要になります。

以上のように、動脈管は閉じるのが早すぎても遅すぎても問題が起きますが、胎児の成長にはなくてはならない胎児循環システムの重要な一部です。前述した、「早期動脈管閉鎖」は血管収縮作用がある解熱鎮痛剤（特にインドメタシン）やハーブティーなどに含まれるポリフェノールの多量摂取により起こりやすくなると言われています。妊娠中には、解熱鎮痛薬は副作用の少ないアセトアミノフェンを選択する、ポリフェノールを多く含むお茶などの連日摂取はしないなどの注意が必要です。

新生児科 診療部長 長谷川 恵子



マタニティレシピ



『あさりのアヒージョ』

🍴 栄養情報（1人分） （オイル1/4を食べたとして）				【1日の推奨量】
・エネルギー	302	kcal		
・たんぱく質	11	g	【50g】	*1
・カルシウム	102	mg	【650mg】	
・塩分	0.9	g		
・鉄	5.6	mg	【6.5mg】	*2
・葉酸	129	μg	【240μg】	*3

*1 中期+5g, 後期+25g
*2 初期+2.5mg, 中期・後期+9.5mg
*3 妊娠中～初期+400μg※, 中期・後期+240μg
（※サプリメントや食品中に強化される葉酸より摂取）

🍴 作り方

- ① しめじ、ブロッコリーは房に分け、トマトは一口大、にんにくはスライスしておく。
- ② 鍋に★を入れ、弱火にかける。
- ③ にんにくの香りが出てきたら、一度火を止め、ブロッコリー以外の食材とハーブミックスソルトを入れ混ぜる。
- ④ 中火で8分程度加熱したら、ブロッコリーを加え、更に1分程度加熱する。
- ⑤ 完成♪



余った油は旨味たっぷり！
翌日パンにつけたり、パスタに使ったり、
じゃが芋を炒めたりとアレンジできます。

【レシピ提供】栄養管理部



センター稼働状況

分娩数	37件	緊急帝王切開	5件
母体搬送	3件	NICU稼働率	74.2%
新生児搬送	0件	MFICU稼働率	83.3%

（令和3年4月）

『大空たかく』



編集後記

スナップエンドウがおいしい季節になりました。調べてみるとビタミンCやβカロテン、食物繊維にカリウム、葉酸まで嬉しい栄養素がいっぱい！食卓には毎日のようにレンチンしたスナップエンドウが登場しています。山口県も高齢者を対象にしたワクチン接種が始まりました。接種にかかわらず基本的な感染予防対策を続けていきましょう。
(K.F☆N.S☆Y.M☆K.H)



周産期センター
キャラクター
マミー&メイ