

こちらよんひがしです

⚠️ 感染症に気を付けましょう ⚠️

2019年2月号

現在、**インフルエンザ**が全国的に大流行しています。妊娠中、産後は細菌やウイルスに対する免疫が低下し、感染症にかかりやすくなります。特に最近では**風疹**、**麻疹（はしか）**、**リンゴ病**など妊婦さんや産後のママたち、ご家族の方が特に気を付けたい感染症も流行っています。

インフルエンザ

妊婦さんがインフルエンザにかかってしまった場合、インフルエンザウイルスがお腹の赤ちゃんに悪影響を及ぼすことはほとんどありません。まれに、治療せずに放っておくと母体の症状が重くなり、肺炎を併発したり、早産を引き起こしたりすることがあるので早めの受診が大切です。新生児がインフルエンザに感染してしまうと高熱によるインフルエンザ脳症になってしまう恐れがあるので、外出は極力避けましょう。妊娠中もインフルエンザワクチンは接種できます。流行が始まる前に接種しておくことで予防の効果があります。



リンゴ病

「伝染性紅斑」といい、発症すると、発熱、関節痛、手足の紅斑などの症状が見られ、頬がリンゴのように赤くなります。治療しなくても自然に治りますが、妊娠20週未満に初めて感染すると、赤ちゃんに重度の貧血や水腫が起こったり、流産・早産の原因となったりする可能性があります。

麻疹（はしか）

発熱、咳、咽頭痛、鼻水、眼球結膜の充血、目やにが主な症状。これらの症状が数日続いたあと、発疹が出始めます。麻疹は空気感染するため、感染防御にはマスクは役に立たないとされ、極めて強い感染力を持っています。妊娠中に麻疹に罹患すると、一般に重症化することが知られており、流・死産、早産の頻度が上昇するとの報告があります。また、胎児の発育異常、羊水量の異常、新生児麻疹（分娩時罹患）などをきたすおそれがあるとされています。



風疹

発熱や発疹、関節炎、リンパ腺の腫れなどが主な症状。妊娠中に感染すると赤ちゃんが「先天性風疹症候群」になることがあります。妊娠初期ほど影響が大きく、赤ちゃんに心臓の病気や難聴、白内障などが起こる場合もあります。子供の頃にかかっても抗体値が下がる事があり、妊娠初期に調べて抗体が低かった方や、方は産後にワクチン接種をしましょう。また、パパの抗体の確認もしておきましょう。パパも同じく抗体が低かったらワクチン接種をお勧めします。

これらの感染症を予防するためには外出時のマスクの着用、**帰宅時の手洗い、うがい**が重要です。玄関や洗面台に**手指消毒薬**を準備するのもよいでしょう。しかし、一番の予防策は**人混み、不要な外出を避ける**ことです。**仕事などで外出が多いパパ達は特に感染予防を徹底してください。**妊娠期間を健康に過ごし、**元気な赤ちゃんを迎えられるように日々の生活習慣に気を付けましょう。**