



# このとい通信

## 今月のトピックス

毎日新聞より

### 出生前診断 実態調査 日産婦 血液検査の海外普及で

日本産婦人科学会は25日、妊婦の血液から胎児の染色体異常を調べる検査が海外で急速に普及しているとして、国内で実態調査に乗り出すことを明らかにした。近く作業グループを発足する。15年度中に調査結果をまとめる方針。

現在の代表的な出生前診断は、5週以降に妊婦の腹部に針を刺して羊水を抜き取る羊水検査。胎児の染色体異常の有無を確認できるが、検査に伴う感染や流産などの危険性が約0・5%ある。

今回、取り上げられたのは米国などで行われている妊婦の血液を使った検査。流産などの危険がなく、ほぼ100%の確率でダウン症などの染色体異常を把握でき、複数の会社が海外でサービスを提供している。

作業グループは、この検査法の普及次第では、生命の選別など生命倫理上の問題をもたらすとして、国内の医療機関の利用状況、中絶にいたった例の有無などを調べる予定だ。

## 日本の現状

一般的に行われている出生前検査には、羊水検査、血液検査、絨毛検査があります。まず、羊水検査ですが、妊娠14～18週ごろに羊水を約15～20mlほど採取し、その中にある胎児の細胞の染色体を分析して検査します。

かなり確実な検査結果が得られるため確定診断調査として位置づけられています。ただし、検査には高額な費用がかかり（8万円前後）、羊水採取のために子宮に針を通すので、流産や破水を誘発する危険があります。羊水検査における流産や破水は300回に1回くらいの割合で起こるとされていますので、よく考える必要があります。



血液検査は、妊娠15～18週ごろ、ママの血液を約1mlほど採取して、血液中のタンパク質やホ

ルモンなどの物質の濃度を測定して、赤ちゃんの状態を調べます。母体血清マーカーテストとかトリプルマーカーテストなどと呼ばれています（3種類の物質の濃度を測定する為）。最近ではクアトロテストと呼ばれるものもあります（4種類の物質の濃度を測定する）。血液検査は安全で費用も2万円前後で受けられますが、確実な結果ではなく確率値を出すに留まります。そのためスクリーニング検査（ふるい分け）として位置づけられています。

胎盤となる絨毛を採取し、その細胞を検査する絨毛検査は妊娠6週ころから可能で、ほぼ確定的な結果が得られますが、検査による流産の危険が羊水検査より高く、遺伝的な病気が想定される場合のみ行われています。

以上のような出生前検査については、その危険性や得られる結果、費用などをよく考えた上で受けるかどうかを決める必要があります。

また、倫理観や人生観

にも関わる

問題ですの

で、ご夫婦



でよく話し

合われるこ

とをお勧め

します。

## 妊娠する力を高めるために 漢方薬局からの アドバイス

### 正しい姿勢が、 妊娠力を高める

背中が丸まった姿勢は体の中を酸性にして、場合によっては、赤ちゃんを遠ざけてしまうことも！  
正しい姿勢を覚えれば、立ち姿はもちろん、歩く姿も美しく、体の中から健康的になれます。

### 体が酸性に傾いていると 赤ちゃんができていく

「早く、赤ちゃんを授かりたい」とご相談にくる人の多くが、ねこ背ぎみ。仕事で長時間パソコンに向かったり、プライベートルームもソファや床に座ってテレビを見たり、ゲームをしたり。考えてみると、ふだ



んの生活の中で前かがみになる、背中を丸めることが多いので、現代人の姿勢が悪くなるのも無理のないことかもしれません。

しかし、「姿勢が悪い」ことは、単純に「見た目がよくない」というだけにとどまりません。体内を酸性にし、赤ちゃんができていく体質をつくる原因にもなるのです。私たちの体は、生命活動のエネルギーを食べ物（食事）と空気（呼吸）からとっています。その割合を見てみると、食べ物からはわずか15%。残りの85%のエネルギーは呼吸をすることで、空気からとっています。



前かがみの姿勢になると、肺が狭まりまです。すると酸素と炭酸ガスの交換がスムーズにできなくなり、血液中に炭酸ガスがふえ、血液が酸性に傾きます。受精卵は、子宮内が弱アルカリ性のときに育つもの。体が酸性に傾けば、せっかく受精しても、その卵は育ちにくいといえるでしょう。

### 慣れれば、ラクに自然に 正しい姿勢が維持できる

体内を酸性に傾けないため、ぜひ正しい姿勢のつくり方を覚えてください。まずあごを引き、肩の力を抜いて、胸を張りましょう。次に、おへそを少し前に突き出すようにして、お尻はキュッと締めます。頭のてっぺんからお尻の先まで、一本の太い柱が入っ



ているようにイメージするとよいでしょう。呼吸はゆつくりと深く鼻から吸って、おへその下あたりのために、それからゆつくり吐きましょう。

正しい姿勢に慣れるまで、はじめはつらく感じるかもしれませんが、でも、ふだんから姿勢をよくするよう心がければ、腹筋や背筋も鍛えられ、自然に正しい姿勢をキープできるようになります。

食事では精製食品（白米、白麦、白砂糖など）、肉、魚介、油脂類の食べすぎに注意。玄米、玄麦、豆類、野菜、海藻などを積極的にとることをおすすめします。

