社会医療法人財団聖フランシスコ会
姫路聖マリア病院

妊娠高血圧症候群

以前は「妊娠中毒症」と呼ばれていましたが、血圧により着目するようになり「妊娠高血圧症候群」と呼ばれるようになりました。妊娠による変化は、お母さんの身体の負担となります。その負担に母体が耐えられなくなってしまうことが原因とされていますが、詳しくはまだ分かっていません。

〈症状〉

・高血圧　：血圧 140/90mmHg 以上の人は高血圧です
妊娠が進むにつれて血圧が上がってきます
元々高血圧の人や家族に高血圧の人がいる場合は注意が必要です

・蛋白尿　：妊婦健診で毎回チェックしています
疲れていると尿にたんぱくが出ることもありますが（+）が出たら注意しましょう

・むくみ　：必ずむくみが出るわけではありません

「頭が痛い」・「目がチカチカする」などの症状がある時には血圧が高いことがあります

※血圧計を持っている方は、一度安静にされた状態で血圧を測定してみましょう
→高血圧の場合や症状がある場合には病院へ連絡してください

妊婦健診で血圧を注意しましょうと言われた場合、自宅に血圧計がある方は、毎朝・寝る前に血圧を測ってください。その血圧を健診時に医師へ相談して下さい。

〈影響〉

・胎盤が剥がれて、母子が危険になる
（常位胎盤早期剥離）
・お産の時の出血が多くなりやすい
・流産や早産になりやすい
・低出生体重児が生まれやすい
・けいれん発作を起こすことがある（子癇）

〈予防〉

・バランスの良い食事をとる
・塩分を摂りすぎないようにする
・水分を多く摂る
・十分と睡眠を取り、疲れをためないようにする
・体重コントロールを行う
→太りすぎると血圧上昇につながりやすい