

(1) 出血

出血＝赤ちゃんのピンチとは限りません。妊娠初期の出血（薄茶色のおりものも含める）は、全妊婦さんの3割～半分くらいの方が感じますが、そのほとんどの人は無事に赤ちゃんを出産しています。

出血の種類

【血腫】 子宮が大きくなるにつれて、胎盤が少し剥がれ、子宮との間に出血することがあります。これを胎盤後血腫といいます。胎盤が完成される妊娠4ヶ月には治まります。

【びらん】 子宮内膜がただれてめくれる状態です。びらん自体はよくあることですが、歩いたり、少しの刺激で出血することがあります。

出血に対する考え方

出血の基本的な考え方は、真っ赤で鮮血なほど危険が迫っています。逆に薄茶色や黒っぽいものは、以前の出血が後になって流れてきていることがほとんどです。

痛みもなくおりものに混ざる程度の出血のときは、次の検診を待ってもいいでしょう。出血の量が多い場合には翌朝まで待ってからクリニックに連絡すればいいでしょう。そのときには安静にして入浴は控えます（出血が悪化する可能性がある）。そして翌朝に出血がなくなっても、今後の「もしも」のことを相談しておくことで安心できます。

当院では予め出血に備えて緊急用の止血剤を処方しています。ごくわずかな出血でも予防的に内服することをおすすめします。

妊娠4週

妊娠反応は妊娠4週から陽性に出ますが、まだ赤ちゃんが育つ羊水のふくら（胎のう）は見えていません。この時期の流産はほとんどが偶発的に起こる染色体異常によるものなので、残念ながら有効な治療はありません。出血も通常の生理と同程度ですので、深刻な後遺症を残すような大事には至りません。また、医学的にも正式な流産とは数えず、「化学流産」と呼ばれています。実は全妊娠の約半数がこうした生理のような、気づかれない流産だといわれています。

妊娠5週～6週

超音波では子宮内に胎のうを確認できます。**胎のうを確認したら、緊急用の止血剤を処方しますので、常に手元に持ち歩いて下さい。**この時期は、着床時出血といって、受精した卵子が子宮内膜に根を張るときに出血することがあります。通常、安静にしていれば治まることが多い出血です。胎動もなく、赤ちゃんが育ってるか分からないため、「赤ちゃんが無事？」と、必要以上にナーバスに悩んでしまう人も多いはず。処方された止血剤を速やかに飲んで、安静にして下さい。

妊娠7週以上

この時期になると、胎のうの中で赤ちゃんの心臓が動きだします。胎児心拍が確認できたら、流産する可能性はかなり低くなります。

もし出血した場合、止血剤と安静は同じですが、この時期から赤ちゃんが大きくなるにつれ、出血量も増えることがあり、注意が必要です。もし、水道のように出血が出続けたり、**ピンポン球サイズの出血の塊が次々と出てくるようなとき**は、夜中であっても必ずクリニックに電話をしてください。診療時間以外だった場合でも、留守電に院長の緊急連絡先がアナウンスされますので最後まで聞いてください。夜中でも母体を救うため、赤ちゃんをあきらめて子宮の中をきれいに手術を行う場合があります。夜中の場合、診察は大原病院の救急で行います。

切迫流産

流産に進行する可能性（激しい出血や腹痛）があるときを切迫流産と言います。切迫流産と診断されても、赤ちゃんの心拍が確認されていれば、ほとんどの場合はその後に無事に育ちます。もし切迫流産と診断されたら、医師から言われた行動の制限をしっかりと守らなければなりません。治療は止血剤、おなかの張り止めなどがありますが、**切迫流産の1番の治療法は「安静」です。**

黄体ホルモンの膣錠

出血がある場合でも膣錠を使用して下さい。

（2）おなかの痛み

チクチクする感じ

ほとんどの妊婦さんが妊娠初期に「チクチクする感じ」を訴えます。これは赤ちゃんの成長につれて、子宮や靱帯が伸ばされる時に起こるもので、異常ではありません。

生理痛に似た痛み

これは子宮がけいれんして赤ちゃんを押し出そうとすることから起きる小さな「陣痛」です。出血がなくても「まずは安静」と考えてください。痛みが治まったら仕事や家事に戻っても大丈夫です。**大事なのは痛みが続いている間は動きを止めて安静にすることです。**

（3）胎児心拍が確認できればほとんど妊娠継続できる

かつて、超音波検査が一般的でない頃は、子宮内の状況がわからなかったので、出血は流産への移行する状態として、絶対安静と子宮の収縮を抑える薬や、止血剤などの点滴などで入院など厳重管理がなされていました。その後、超音波診断が普及して状況は一変しました。出血があっても、胎芽や胎児心拍が見えない場合は、確かにその後に流産となるケースが多くても、胎児心拍を認める場合は、ほとんどのケースで妊娠継続ができることがわかってきたのです。入院して絶対安静による治療も効果・根拠がないことがわかってきて、母体が危ない時以外は、切迫流産での入院はほとんど行わなくなってきました。

実は、初期流産のほとんどが、染色体異常や遺伝病など胎児側に原因があり、受精した時点でその結果は決まっています。胎児に異常があれば、いくら安静にしても、どんな治療をしてもうまくいきませんが、胎児に異常がない場合は、逆に何もしなくても、出血等の症状は次第に治まってゆき、正常妊娠のプロセスへと復帰することがほとんどです。

ただし、すぐに流産にはならなくても、その後の早産のリスクもあるので、出血があれば、やはり無理をしないことが原則で、普段どおりの生活でいいとはいえません。状況によっては入院も必要となります。

赤ちゃんは与えられた命を生きぬいてます

もし流産してしまった場合、自分の不注意だったと自分を責めてしまう人も多いと思いますが、妊娠初期の流産のほとんどは、受精の時点で、すでに運命が決まっています。いくら母親が注意していても、流産を避けることはできません。つまり、赤ちゃんは途中でだめになったのではなく、与えられた時間を全うし、運命に従って自分の寿命を生きぬいたということになります。

流産は全妊娠の15%と高い確率で起きています。自然淘汰と捉えるむきもありますが、短い命であっても、その子があなたたちのところへ来てくれたことは、何らかの意味があると考えるほうが、受けとめやすいかもしれません。

まずは落ち着きましょう

当院では流産予防に対して、現在の医療で考えられる限り全ての治療をすでに予防的に実施しており、現在行っている以上のとっておきの治療法を他に隠し持っているわけではありません。

流産を心配するあまり、それがストレスとなって良くない影響が出てしまうより、まずは安静にして心を落ち着かせましょう。安定期（妊娠12週）はすぐ目の前です。（^o^）

良くある質問

○ 健康診断を受けても良いですか？

はい、受けても良いです。必ず、妊娠していることを伝えて健診を受けて下さい。健康診断で行う胸のレントゲン撮影くらいでは、赤ちゃんに影響は無いと言われていますが、レントゲン検査を省略したり、お腹に防護プロテクターを付けてくれたりします。透視の検査は被曝量が多いので避けて下さい。

○ 歯医者さんに行っても良いですか？

はい、受診しても良いです。同じように、妊娠していることを伝えて下さい。麻酔や歯の治療は赤ちゃんには全く影響はありませんが、妊娠中の歯科治療は、歯周病菌が傷口から母親の心臓まで届きやすく、まれに母親自身に心臓の病気を起こすことがあります。出来るだけ妊娠前に歯の治療は済ませておきましょう。

○ 運動しても良いですか？

何も症状が無くても家でごろごろして過ごして下さい。安定期まで！

アートクリニック産婦人科