

みんなの健康ラジオ

『妊娠する前に知っておきたい事①』

(H29年7月13日放送)

横浜市産婦人科医会

神奈川ウィメンズクリニック

小関 みづほ

不妊症とは

- 妊娠を望む健康な男女が避妊をしないで性交をしているにもかかわらず、一定期間妊娠しないものをいいます。
- 日本産婦人科学会では、この一定期間について **1年**であるというのが一般的であると定義しています。
- 以前は一定期間が**2年**でしたが、日本の最近の現状から、**1年**に変更となりました。

妊娠する前に問題はないでしょうか？

- 感染症
 - 風疹など
(ワクチン接種がありますが、要避妊2ヶ月です)
 - 性器クラミジア感染症・性器ヘルペス・梅毒など
 - B型肝炎・C型肝炎・エイズなど
- 糖尿病
- 高血圧
- その他の持病
 - てんかん
 - 精神疾患
 - 甲状腺疾患 (バセドウ病・橋本病)
 - 膠原病
(全身性エリテマトーデス・関節リウマチなど)

まずふたりに頑張ってみましょう

- 排卵日が分からなければ、週2-3回性交してみましよう。出来なければ、週1-2回でもかまいません。
- 排卵日は必ず生理初日から何日目と決まっていないので、自分で予測する場合には、排卵予測日の4-5日前から予測2日後位の期間に2-3回性交しましょう。
- 排卵予測は基礎体温をグラフにし、排卵検査薬を使用すると、より分かりやすいでしょう。
- 月経不順があったり、自分の周期や排卵が分からない方は、婦人科の先生に聞くといいでしょう。

加齢と妊娠の関係

- 加齢と共に卵子は老化する
- 妊娠可能な卵子が減少する
- 卵子の質が悪くなる
- 染色体異常・遺伝子異常・流産率が増加する
- 月経があっても妊娠できない
- 妊娠適齢期は35歳頃までか？

