



母児の健康を目指した、妊娠中の栄養管理について

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 日本DOHaD学会 公開日: 2022-03-04 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 幸村, 友季子 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10271/00003969

第 45 回日本女性栄養・代謝学会学術集会

<ワークショップ>

母児の健康を目指した、妊娠中の栄養管理について

浜松医科大学産婦人科

幸村 友季子

女性の生涯の中で、妊娠出産は大きなイベントである。妊娠中の栄養管理は、妊娠維持、胎児発育、次世代の健康にとって重要であり、今回以下について取り上げる。

1. 妊婦のエネルギー摂取不足と出生体重減少、児の将来の健康への影響

日本の 20 代女性の約 1/4 は「やせ」であり、2013 年の調査では平均摂取エネルギーは 1,628kcal/日と少ない現状である。浜松市の妊娠食事摂取調査では、妊娠期間を通じて約 1,600kcal/日であり、妊婦の栄養摂取不足が危惧される。また、1980 年代以降、出生体重は減少の一途をたどっており、母体のやせおよびエネルギー摂取不足は出生体重減少の一因と考えられる。疫学研究から、胎生期に低栄養環境に曝された場合、児の将来のメタボリックシンドローム(MS)の発症リスクが高いと報告されている。日本において、妊婦の栄養摂取不足により、将来の MS の増加が危惧される。

2. 新たな「妊娠中の体重増加指導の目安」の策定について

日本では、「妊娠中毒症の栄養管理指針(1999)」において妊娠中毒症(現在の妊娠高血圧症候群に相当)の発症予防として、妊婦の体重増加制限を設けていたが、生理的な体重増加量を下回る可能性があること、妊娠高血圧症候群の予防効果を支持する新たなエビデンスが乏しいため、2019 年の日本産科婦人科学会周産期委員会にて推奨の取り下げが決定した。その後、2021 年 3 月に同委員会は、新たな「妊娠中の体重増加の目安」を策定した。

3. 肥満、やせ妊婦の周産期リスク

当院で出産した 6,066 名の妊婦の解析では、非妊娠時 BMI \geq 25 の場合、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病、LGA、帝王切開のリスクが有意に高く、BMI \geq 30 の場合は更にリスクが上昇していた。また、非妊娠時 BMI $<$ 18.5 の妊婦では、母体体重増加が 9 kg未満の場合、SGA、GDM、緊急帝王切開、新生児仮死のリスクが高かった。