

赤ちゃんをたばこ・アルコールの害から守ろう

男性の喫煙者が少しずつ減少してきているのに比べ、若い女性の喫煙者が増加してきています。20～30代の若い女性は、ちょうど妊娠・出産・育児時期と重なります。赤ちゃんができた！禁煙しなきゃ！と焦る妊婦さんも今の時代は多いのではないのでしょうか。

今回は妊娠中のたばこ・続いて妊娠中のアルコールが与える影響についてのお話です。

【妊娠中の喫煙について】

妊娠中にたばこを吸うと母体は元より胎児にはとても大きな負担がかかります。たばこにはタールやニコチンが含まれているのは皆さんご存知の通りですが、喫煙すると胎児に酸素や栄養が十分にいきわたらなくなります。

こういった状態のなかでの胎児の発育には負担が大きく、その結果早産や流産、低体重児の出産につながる可能性が、たばこを吸わない妊婦さんに対して、かなり高くなっている事が発表されています。

また、最近よく聞く〔乳幼児突然死症候群〕や〔アトピー〕などの関連性も高くなっています。

妊婦さんの喫煙同様、まわりの喫煙者からの副流煙も胎児には大きく影響を与えます。家族の方に喫煙者が居る場合も注意が必要となります。

妊婦さんはもちろん、喫煙者の方は、小さなお子さんのそばで、たばこを吸わない心がけをお願いします。ほんの少しの思いやりが、明日の命を健全に育てることにつながります。

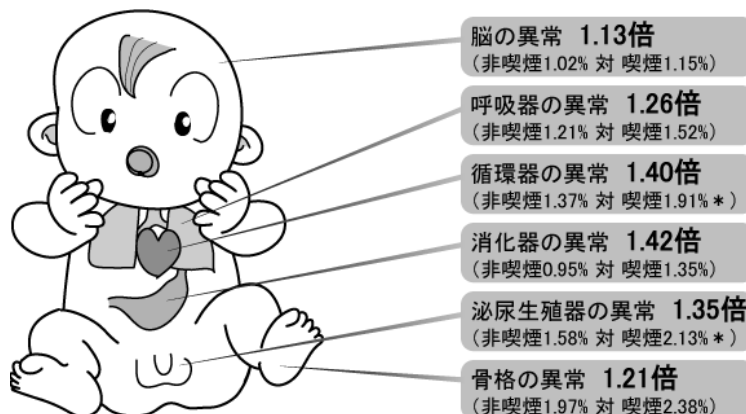


図12-6 妊婦の喫煙と出生児の先天異常(2) (Himmelberger, 1978)

【妊娠中の飲酒について】

妊婦さんがアルコールを飲むと、胎盤を通して赤ちゃんも飲んだ事になります。胎児にはアルコールの処理能力がないため、胎児へさまざまな悪影響を与えます。そのため、おなかの赤ちゃんは、脳や知能に障害を持って生まれたり、体重が少ない・身長が低い、さらには心臓の障害が発生する可能性もあります。流産・死産も増えています。このような影響は、アルコールの飲用を控えれば回避出来るため、妊娠中はアルコールを断つ事が原則になります。

赤ちゃんがお腹にいるのは、わずかな期間です。お母さんのおなかの中には、その子にとっては一生に一度、最初に命を宿したところです。大切な命、大事にしてくださいね。

