

Q. 最近便通がありません。薬は飲んでも大丈夫？

A. 食事を工夫してもダメ、運動をしても出ない、
という時は薬を使ってもOK。ただし市販薬を使う
場合は、成分が妊婦に向いているかどうか分からな
いので、医師に飲んでも良いか確認をすると良いで
しょう。便秘で薬を飲み続けても問題はありません
が、飲み過ぎには注意！ひどい下痢を起こすと子宮
が収縮し、流・早産につながる心配があります。



Q. 腰痛がひどいのですが、病院へいったほうがいい？

A. 原因としては大きくせり出したお腹の重みで、腰の関節が過労状態になったり、カルシウム不足で、骨盤のつなぎ目(恥骨結合、仙腸関節)等がゆるんで痛むためです。軽い時は妊婦水泳やエアロビクスで筋肉をほぐすのも良いでしょう。ひどい時は安静にしてカルシウム剤を使うことが効果的なこともあります。



Q. かぜをひいて頭がガンガン! 市販のかぜ薬や鎮痛剤を飲んでもいい?

A. 市販薬には比較的安全な成分が配合されていますが、総合感冒薬は不必要な成分まで飲む可能性が高く、妊娠中には余りおすすめできません。妊娠中は、かかりつけの産婦人科医に薬を処方して貰うのが原則です。やむなく市販薬を利用する場合には、使用上の注意によく目を通して、妊娠中の使用が可能かどうか確認すること。



Q. 温泉旅行したいのですが、「妊婦はダメ」って書いてある温泉もありますが、体に悪い？

A. 妊娠中の体にだけ悪影響を及ぼす泉質というものはありません。

「妊婦さんの入浴は禁止」という注意書きは、あまり根拠がないのです。

ただ、においのきついお湯で気分が悪くなることもあるので、硫黄などの温泉は避けたほうがいいのかも知れません。

妊娠中はのぼせやすくなっていますし、洗い場などですべて転ばないように、気をつけてください。





Q. 抜歯をしなければいけないのですが大丈夫でしょうか？

A. 抜歯をする必要があるなら、してもらってもかまいません。妊娠中は虫歯になりやすく、また虫歯が悪くなりやすいのでしっかり治療したほうが良いのです。

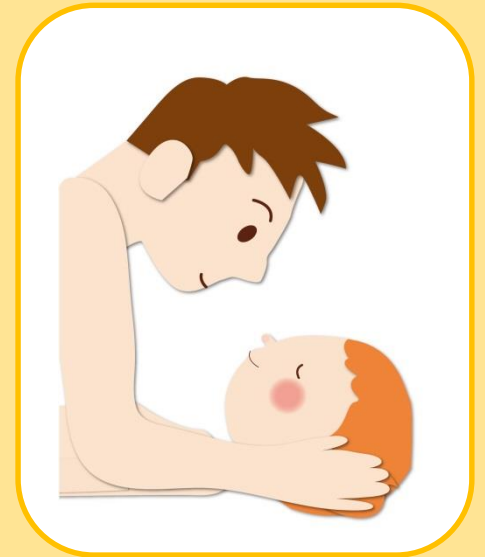
お産の後は、子育てで忙しくなり、歯科に通うこともままならなくなりますから、今のうちに治しておくことが肝心です。

抜歯というと麻酔薬などを使うのでご心配なのだと思いますが、抜歯で行う麻酔は局所浸潤麻酔といって、その部分だけ効果がある方法なので、赤ちゃんへの影響は、心配ありません。

痛み止めや、感染予防の抗生剤は、赤ちゃんへの影響の少ないものなら大丈夫です。早めに治療して、安心してお産に望めるようにしておきましょう。(最適な時期は妊娠4～6ヶ月の間で分娩期に入る前に終了することが望ましい)

Q. 妊娠中のセックスは、どんな事に気をつければいいの？

A. 妊娠中は基本的に体調が良く、医師から注意を受けたりしていなければセックスしてもOKですが、いつもより清潔に気をつけ、ゆっくり、浅く、疲れないセックスを心がけましょう。また、特に不安定な初期のうちや早産の危険が増加する妊娠26週から33週頃までは、コンドームをつけた方が安心。精液の中には、子宮を収縮させるホルモンが含まれているからです。子宮を直接精子にふれさせないためにも、感染症を予防するうえでも、コンドームは必需品です。



Q. 張り止めの薬を飲み続けているのですが大丈夫でしょうか？

A. 薬というと拒否反応を起こす妊婦さんも多いのですが、張り止めの薬のように妊娠を継続させるために必要な薬は、医師の指示に従って飲むことが大切です。

人によっては、張り止めとして処方される薬で動悸、手のふるえなどを感じることもありますが、別の薬に変えることもできます。自己判断で薬をやめたりせず、まずは主治医に相談してみてください。



Q. 妊娠中にインフルエンザワクチンを受けても大丈夫?もしかかったら?

A. 妊娠中にインフルエンザにかかると重症化しやすいと言われていています。ワクチンは妊婦やお腹の赤ちゃんに安全かつ有効であるといわれていますので流行する前に受けましょう。
家族の方も受けて頂くといいですね。
万一発症したら、他の妊婦さんにうつさないように、内科に受診しましょう。
そのためにあらかじめ受診する病院を決めておくとう安心です。
また、妊娠中でも抗インフルエンザ薬が効果的といわれ使用されています。

