助産師
新堀　萌莉

妊娠高血圧症候群について

秋も深まり、朝晩の冷え込む季節となりましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。今年も残すところあと２ヶ月となりましたが、福田病院では毎日新しい命が誕生しており、職員一同で妊娠中から出産後までお母さんと赤ちゃんのサポートをさせていただいています。

妊娠し、出産までの間には、妊娠前には無かった様々な体や心の変化が起き、時には妊娠によるトラブルや合併症を引き起こすこともあります。私が働いているMFICUには様々な合併症を持った妊婦さんが入院されています。今回は、その中でも妊娠高血圧症候群について、症状や、入院となったときの管理などについて紹介いたします。

妊娠高血圧症候群とは？

妊娠高血圧症候群とは、妊娠20週以降、分娩後12週までの間に何らかの原因によって高血圧が起こる、または高血圧に加えて、時に蛋白尿や全身の臓器障害が起こる病気のことをいいます。妊娠高血圧症候群はまだまだ不明な点が多く、詳しい原因が明らかにされていません。妊娠前から高血圧がある、もしくは妊娠20週までに高血圧を認める場合は高血圧合併妊娠と言います。

どんな症状が現れるの？

- 高血圧(血圧が140/90mmHg以上)
- 血圧上昇に伴う頭痛
- 蛋白尿
- 妊娠中の急激な体重増加
- 手や足のむくみ　など
- 胃痛
- 吐き気
- 嘔吐
- 目がチカチカする
  など

どんな人がなりやすいの？

- 35歳以上(特に40歳以上)
- 肥満(BMI25以上)
- 家族に高血圧の方がいる
- 初産婦(初めてのお産)
- 多胎妊娠(双子、三つ子妊娠)
- 高血圧、糖尿病、甲状腺、腎臓などの持病がある
- 以前妊娠高血圧症候群になったことがある
  など

妊婦健診で何をみているの？

- 血圧：収縮期血圧≧140/ 拡張期血圧≧90
  →血圧が高い場合、自宅で血圧測定を行ってもらいます
  →重症（収縮期血圧≧160/ 拡張期血圧≧110）になると入院管理となります
  ※血圧が 160/110 以上にならなくても、血液検査や症状によっては入院となることもあります
- 尿検査：蛋白尿を確認しています
  正常の妊娠でも、蛋白尿が出ることもあるため、蛋白尿だけで入院となることはありませんが、血圧が上昇してきたりすることがないか経過を見ていくことになります

重症になるとどんなリスクがあるの？

重症になってしまうと、お母さん・赤ちゃんともに様々な症状が現れることがあります。

［お母さん］
- 子癇（しかん）：けいれん発作
- 脳出血
- 肝臓や腎臓の機能障害
- HELLP症候群

［赤ちゃん］
- 胎児発育不全：赤ちゃんの発育が悪くなる
- 胎児機能不全：赤ちゃんの状態が悪くなる
- 常位胎盤早期剥離：胎盤が子宮から剥がれて赤ちゃんに酸素が届かなくなる

→緊急の帝王切開になる可能性が高くなります

入院になったら何をするの？

妊娠高血圧症候群の治療の基本は妊娠の終結、つまり出産することです。ただし、赤ちゃんは妊娠週数が浅いとまだお母さんのお腹の外に適応するための準備が整っていません。そのため赤ちゃんとお母さんの状態をみながら、可能な限り妊娠の継続を行います。

具体的には以下のようなことを行いながら、お母さんと赤ちゃんの状態を観察していきます。

- 検査：血液検査、尿検査（１週間に１回程度）
- 診察：最低でも１週間に１回は赤ちゃんの大きさ、赤ちゃんが元気か、羊水量などをみます。
- NST：お腹にモニターをつけて赤ちゃんの心音を確認し、赤ちゃんが元気かをみています。
  毎日１回～３回行います。
- 血圧測定、症状確認：１日４回血圧を測ります、その際に頭痛などの症状が出ていないかスタッフが確認するので症状があるときはすぐに教えてください。
- 体重測定：毎日朝から測定します。むくみがなどによる急激な体重増加がないか確認しています。
- 食事療法：カロリー、塩分制限を行います。
- 安静：入院で安静に過ごすことで血圧が上昇しないようにします。血圧が高いときは、光刺激（スマートフォンやテレビなどの光）を避けることで、けいれん発作を予防します。
- 薬物療法：血圧が高い場合は、妊娠中でも使用できる降圧剤を使用します。しかし、急激に血圧を下げると赤ちゃんの状態が悪くなることがあるので、必要な時は医師の指示で慎重に投与します。

☆入院でお家に帰れないことはとてもストレスだと思いますが、入院により、安静や食事制限を行い症状の悪化を予防するとともに、診察やお腹のモニターの装着などによりお母さんや赤ちゃんの変化や異常をすぐに見つけることができ、いつでも対応ができるというメリットがあります。

入院を不安に思われている方々へ

赤ちゃんやお母さんの体のために入院することはわかっていても、いざ入院となると色々なことが心配であり不安もあると思います。入院中、私たちスタッフもできるだけその不安が解消できるように努めていきます。患者さんの疑問・質問について丁寧に説明します。また、医師へ再度説明をお願いしたい、診察の時ここがわからなかったなど何かあれば対応を行います。不安を全て拭うことはできないと思いますが、できるだけ安心して過ごせるようなサポートをさせていただいています。入院中だけでなく、外来の健診や診察などでも何か困ったことや不安なことがあるときはいつでもスタッフに声かけをしてください。