

チーム Time 36号

特集

出産のおはなし



Topics & News
帝京大学医学部附属病院からのお知らせ

チーム医療

産婦人科 助教 西澤美紀先生

お産に関するQ&A

産婦人科 主任教授 長阪一憲先生

健診は通いやすい診療所で、**出産は大きな病院で**
周産期セミオープンシステム

産婦人科 病院准教授 鎌田英男先生
産婦人科 病院教授 笹森幸文先生

血液検査でわかる「**出生前診断**」とは？

産婦人科 病院教授 木戸浩一郎先生
遺伝カウンセラー 青木美保さん

妊娠と薬外来について

小児科 講師 伊藤直樹先生
薬剤師 仲村聡美さん

目次

特集 出産のおはなし

◎発行年月
2025年7月
◎発行
帝京大学医学部附属病院
総務課広報企画係
◎編集・制作
ビーデザイン

T-me

T-me「チーム」は、
帝京大学医学部附属病院と
地域の皆さまをつなぐ院内誌です。

T:Teikyo = 帝京大学医学部附属病院の頭文字
me:Medical = 地域の皆さまのための医療

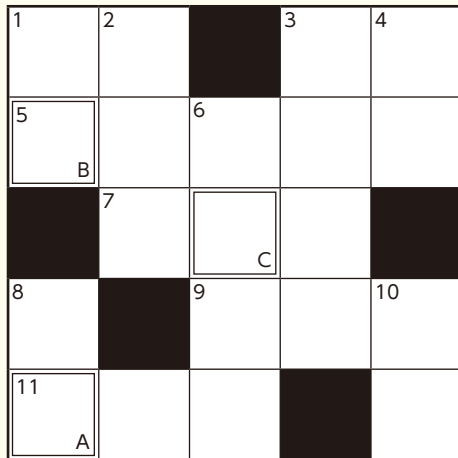
また、「チーム」には
医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、
その他病院全てのスタッフが連携して行う
チーム医療の意味も込められています。

本誌の掲載内容は、2025年7月現在の情報
に基づいております。

printed in japan
本紙掲載の写真・記事の無断転用を禁じます。
©2025 帝京大学医学部附属病院

クロスワードパズル

二重ワクの中に入る文字をアルファベット順につなげると、
日本人に多いアレルギー物質になります。

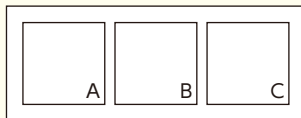


(タテのカギ)

- 1 「吾子」と書いて我が子のこと。
- 2 不利の反対です。
- 3 ゴッホが好んで描いた、細い形の杉。
- 4 木が2つで林、3つ集まると？
- 6 二度と起こっては…{○○○○ヒロシマ}
- 8 歩行を助ける棒状の器具。
- 10 袖口などにある、伸び縮みするパーツ。

(ヨコのカギ)

- 1 清流にいる、川魚の代表的存在。
- 3 ほくほく！焼いてもカレーに入れても。
- 5 赤ちゃんを運んでくる鳥。
- 7 お花や葉を輪にして飾ります。
- 9 切符にはこれが付きものでした。
- 11 地域や区域のこと。



(答えは P.19)

出産のおはなし

「薬を飲んでも大丈夫かな？」

「出生前診断って受けた方がいいの？」

「出産は自宅の近くの病院でできるの？」

妊娠中は、体の変化とともに不安や疑問もたくさん生まれます。そんなとき、安心して相談できる場所があると心強いですね。

今回は、帝京大学医学部附属病院で行っている

「出産」に関する取り組みについてご紹介します。

妊娠から出産まで、安心して過ごせるように。

一つひとつ、あなたの「気になること」に寄り添います。



妊娠と薬外来について

2024年4月より

妊娠、出産に関連した

服薬について相談できる

「妊娠と薬外来」を設置しました。

全国に60拠点ほどあり、

帝京大学医学部附属病院は

東京都内3つ目の施設として

運営しています。



仲村 聡美さん 薬剤師

2013年 星薬科大学 薬学部 卒業
2013年 帝京大学医学部附属病院 薬剤部 入職
2020年 産科病棟専任薬剤師 配属
2023年 日本病院薬剤師会 妊婦・授乳婦薬物療法認定
薬剤師 取得
2024年 「妊娠と薬外来」開設 担当薬剤師兼任



伊藤 直樹先生 小児科 講師

1995年金沢大学医学部卒業。
国立成育医療研究センター新生児科、東大病院小児科NICU
を経て、2015年から帝京大学医学部附属病院NICU室長。
専門は新生児医学、臨床薬理学（妊娠および授乳と薬）



お母さんの健康⇨赤ちゃんの健康

「妊娠と薬外来」は、妊娠中の方だけでなく、妊娠を計画中の方や男性パートナーの方も利用できます。当院での分娩予定がない方や、これまでに受診歴がない方でも利用できるため、幅広い方に活用いただける外来です。

今回は、どんな外来なのか、医師の伊藤先生と薬剤師の仲村さんにお話を伺いました。

伊藤先生：「これまで、妊娠中は薬を飲めない」と信じられてきましたが、今では、服薬しながらの妊娠・出産、育児が当たり前になってきています。また、母体の高齢化に伴い、合併症の治療やお薬（糖尿病・高血圧・膠原病など）を必要とするお母さんも増えました。

さらに、メンタルの不調を抱えている方や、がん治療で投薬が欠かせない方など、お薬がないと健康に支障が出てしまう方もいらっしゃいます。そういった方が、安心して妊娠・出産できるようサポートするのが『妊娠と薬外来』です」

仲村さん：「当院で分娩予定のない方や、男性パートナーの方、受診歴のない方でも利用可能です。保険適用外のため、自費診療

（11,000円＋システム利用料1,100円）
 がかりますが、『薬を飲みながら妊娠できるの
 か相談したい』『妊娠初期に薬が変更になって不
 安』というような方が、専門の医師や薬剤師に気
 軽に相談できる窓口として、全国的にも『妊娠
 と薬外来』の設置が広がっています」

伊藤先生：「妊娠期間を明るく健康に過ごすため
 に、お薬が必要な方もいらっしゃいます。お母さ
 んの健康は、赤ちゃんの健康につながります。ま
 ずはその認識を持つことが大切です」

どんな人も、妊娠・出産を あきらめないために

——気をつけていることを教えてください。

伊藤先生：「妊娠と薬」といっても、大きく2つ
 のケースに分けられます。

1つは、妊娠に気づかず薬を服用していた方
 への対応。これは妊娠初期に多く見られますが、
 不確かな情報で不安をあおらないことが何より
 大切です。科学的根拠に基づいた正しい情報を
 伝えることで、安心して冷静に判断できるよう
 支援しています。

もう1つは、妊娠を計画中で、薬の服用や調整

について悩んでいる方への対応です。薬を減ら
 さなければいけない」と思い込んでいる方もい
 らっしゃいますが、必ずしもそうとは限りませ
 ん。選択肢は一つではないのです。出産後も引き
 続き薬が必要なケースもありますし、「お母さん
 だけが頑張る」のではなく、家族の理解と協力も
 大切だということを、丁寧にお伝えするように
 しています」

仲村さん：「外来では、必ず『インターネットで
 どんな情報を調べましたか？』とお聞きしてい
 ます。ご本人が「正しい」と思っていた情報が、
 実は誤っていたというケースも少なくありませ
 ん。まずは、お薬に関する基本的な知識からお話
 しし、患者さんの不安や疑問に丁寧に寄り添っ
 ことを心がけています」

伊藤先生：「シェアード・ディシジョン・メイキ
 ング（SDM）」という考え方が重要です。こ
 れは、医療者と患者さんが一緒に治療方針を考
 え、決めていくというアプローチです。一方的に
 “これは良い・悪い”と判断するのではなく、そ
 の方の年齢、病歴、家庭環境など、さまざまな要
 素をふまえて一緒に考えることが必要です。私
 たちがサポートしているのは、出産というゴー
 ルではなく、「新しい家庭を築く」というスター

『妊娠と薬外来』のここに注目！

お薬を飲みながらでも、妊娠・出産・授乳・育児は可能です。
 自己判断ではなく、まずはご相談ください。

- ✓ 妊娠に気づかず薬を服用していた方
- ✓ 薬を服用しながら妊娠できるのか相談したい方
- ✓ 妊娠中、薬の変更や調整について悩んでいる方
- ✓ 男性パートナーの使用している薬について相談したい方

※注意点として、保険適用外のため、
 自費診療（11,000円＋システム利用料1,100円）になります。



トです。その第一歩を、安心して踏み出せるように伴走していきたいと思っています」

——院内ではどのような協力体制を敷いているのでしょうか？

仲村さん：「当院には総合周産期センターがあることが、大きな強みだと感じています。

『妊娠と薬外来』ができたことで、妊娠前の段階から継続的にフォローアップできるようになり、より手厚い支援が可能になりました。まだ立ち上がったばかりの外来ですが、今後は他科との連携をさらに強化し、帝京の新たな強みとして育てていきたいと考えています」

ひとりで悩まず、気軽に相談を

——これからの目標を教えてください。

伊藤先生：「2024年に設立されたばかりの外來なので、まずは院内外への広報活動をしつかり行い、より多くの方に知っていただきたいと考えていますね」

仲村さん：「地域の薬剤師さんたちとも連携しながら、『妊娠と薬』に関する正しい知識を広めていけたらと思っています」

予約のフロー

1 ウェブ問診システム アカウント作成



2 ウェブ問診システム 相談事項登録



3 拠点病院での相談日時を予約



4 拠点病院でお薬相談

妊娠を考えられている方

妊娠中の方

男性パートナーの方

お薬の相談を受け付けております。

帝京大学医学部附属病院
「妊娠と薬外来」
ご予約はこちら



——読者のみなさんにメッセージをお願いします。

伊藤先生：「お薬を飲みながらも、妊娠・出産・授乳・育児は可能です。持病があるからといって、家庭を築くことを諦めないでほしい、それが私たちの願いです。自己判断ではなく、まずは医

師や薬剤師にご相談ください」
仲村さん：「妊娠を望んでいる方、妊娠中の方、どんな方でも、不安な気持ちがあってもやわらぐようお手伝いしていきたいと思っています。どうか、おひとりで悩まずに、私たちにご相談ください」

血液検査でわかる「出生前診断」とは？

赤ちゃんの約3〜5%は、
生まれつき何らかの病気を
持っていると言われています。
「出生前診断」とは、
妊娠10週目ごろから
受けることができる検査で、
先天性疾患や染色体異常の
有無を調べるものです。

当院で行っている出生前検査

検査の種類	クアトロテスト (母体血清マーカー検査)	NIPT/新型出生前診断* (母体血胎児染色体検査)	羊水染色体検査
検査方法	採血	採血	腹部への穿刺
検査時期	妊娠15〜17週未満	妊娠9〜16週未満 (16週以降は要相談)	妊娠15〜18週未満
結果まで	10日程度	10日程度	2〜3週
検査の対象疾患	21トリソミー 18トリソミー 開放性神経管奇形	21トリソミー 18トリソミー 13トリソミー	全染色体の数的変化 構造変化
検査費用(税込) (保険適用外自費)	2万5千円	13万2千円	約20万円

*当院は出生前検査認証制度等運営委員会により、NIPTを実施する基幹施設として認証されました。

帝京大学医学部附属病院で実施している「出生前検査」について、木戸浩一郎先生にお話を伺いました。



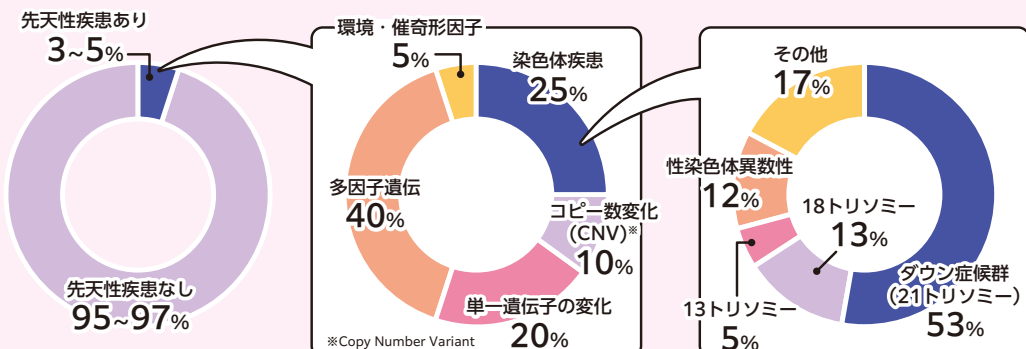
木戸 浩一郎先生 産婦人科 病院教授

| 1986年 東京大学医学部卒業

「帝京大学医学部附属病院では、非確定的検査としてNIPT（非侵襲性出生前遺伝学的検査）とクアトロテスト、確定的検査として羊水染色体検査の、計3つの検査を提供しています。

これまで出生前検査は、高齢出産など特定のリスクを持つ方に限られていましたが、現在では年齢に関係なく、ご希望される方が受けられ

先天性疾患の原因とその種類



Reprinted from Thompson & Thompson Genetics in Medicine 8th Edition, Robert Nussbaum, Roderick McInnes, Huntington Willard. Chapter 14 Developmental Genetics and Birth Defects. 285. Copyright (2016), with permission from Elsevier.

Wellesley D. et al. Eur J Hum Genet. 2012; 20:521-526
より作図

- 出生児の3~5%は先天性疾患をもって生まれてきます。
- 染色体疾患は、染色体の変化によって生じる疾患です。
- 先天性疾患の中で染色体疾患によるものは25%程度です。
- 染色体疾患をもって出生する児の約50%はダウン症候群(21トリソミー)で、3種類の常染色体のトリソミーで全体の約70%を占めています。
- 染色体や遺伝子の変化に起因する疾患あるいは病態は、人の多様性として理解することができます。

るようになりました。また、当院で出産予定がない方でも、検査のみの受診が可能です。

NIPTやクアトロテストで陽性と診断された場合でも、結果には「偽陽性」の可能性があるため、確定検査に進むかどうかはご夫婦のご判断に委ねています。検査を無理に勧めたり、受けたいよう促したりすることはありません」

——それぞれの検査を受ける前に、知っておくべきことはありますか？

「特別な準備は必要ありません。非確定的検査については、お母さんの採血のみで実施可能ですが、必ず事前にカウンセリングを受けていただきます。

ご夫婦の意思をしっかり伺ったうえで進めていきますので、カウンセリング後に『やっぱり検査はやめておこう』と判断されても、もちろん構いません。ただ、母体の時間は止まりません。お腹の赤ちゃんは日々成長しています。仮に陽性と診断された場合には、限られた期間の中で「産む・産まない」という重い選択を迫られる可能性もあります。

だからこそ、日頃からご夫婦で思いや考えを話し合っておくことが、大切だと思っています」

——院内での協力体制について教えてください。

「陽性の結果を受けて、不安を抱えるご夫婦も少なくありません。当院には「出生前コンサルト小児科医」が在籍しており、そうした不安に丁寧に寄り添う体制が整っています。

私たちも、ご夫婦が感じている不安の背景や、その原因がどこにあるのかを一緒に考え、必要な情報が正しく伝わっているかを確認しながら対応しています。何よりも大切にしているのは、「寄り添う心」です」

——読者の方にメッセージをお願いします。

「妊婦健診や超音波検査の際に、胎児の異変に気づくことがあります。中には『たとえ異常があっても知らされたくない』というお気持ちを持つ方もいらっしゃると思います。そのような場合は、あらかじめ医師にその思いを伝えておくことが大切です。私たちは、一人でも多くの妊婦さんが、安心して出産、そして育児に臨めることを願っています。

当院でも、安心して出産できる環境づくりを引き続き整えてまいりますので、気になることや不安があれば、どうぞお気軽にご相談ください」

出生前カウンセリングのフロー

1 予約

2 カウンセリング

3 検査

4 報告 (対面 or オンライン)

※ご夫婦での来院を推奨しています。

※出生前検査の結果説明は、来院またはオンラインのいずれかを選択できます。

※出生前カウンセリングの費用は、自費診療となります。
初回8,800円、2回目以降5,500円 (税込)



出生前カウンセリング
— お二人の気持ちに寄り添い、“納得の意思決定”を支える —

帝京大学医学部附属病院では、出生前検査を希望される妊婦さんとそのパートナーの全員に対して「出生前カウンセリング」を実施しています。どのようなカウンセリングが行われているのか、遺伝カウンセラーの青木美保さんにお話を伺いました。

「私たちは出生前カウンセリングにおいて、出生前検査を検討している方に、検査に関する正しい情報をお伝えするだけでなく、先天異常や検査に関わる不安や疑問にお答えし、それぞれのカップルの価値観を大切にしながら自分らしい検査の選択を考えていただけるよう支援しています。」「そもそも、どんな検査なのか」「もし赤ちゃんに病気が見つかった場合、どのような選択肢があるのか」「出産後の生活はどうなるのか」こうした内容について、約1時間かけてじっくりお話しします。カウンセリングはお二人の理解の深めるため、妊婦さんとパートナーでのご



青木 美保さん 遺伝カウンセラー

臨床遺伝診療センター所属／認定遺伝カウンセラー®

お茶の水女子大学大学院修士課程を修了後、認定遺伝カウンセラー®の資格を取得し、今年で10年目を迎えました。
これまで、遺伝性のがんや妊娠に関するご相談、希少な遺伝性疾患など、幅広い分野で遺伝カウンセリングに携わってきました。
現在は臨床遺伝診療センターに所属し、さまざまな診療科と連携しながら、患者さんやご家族の思いに寄り添ったサポートを心がけています。「話してよかった」と思っていただけのような時間をお届けできるよう、これからも丁寧に向き合っておりまいます。

来院をお勧めしています」

—— カウンセリング後、すぐに検査を受けることはできますか？

「妊娠週数などの条件を満たしていれば、当日に母体血清マーカー検査（クアトロテスト）やNIPTの採血が可能です。

検査結果が出るまでにはおよそ7～10日ほどかかります。結果の説明は来院・オンラインのどちらかをお選びいただけます。ちょうどつわりの時期と重なる方も多いため、カップルそれぞれが異なる場所から利用できるオンラインでの結果説明（Google Meet）は、移動や待ち時間の負担がなく、実際にご利用の方からも高い評価をいただいています」

——ご家族の心のケアについて、気をつけていることはありますか？

「出生前診断は、妊婦さんとパートナーの価値観やこれからの人生設計にも深く関わる、大事な選択だと考えています。まずはお二人の考えやお気持ちをしっかりと伺い、理解することを大切にしています。」

不安に感じる理由は人それぞれで、これが「正解」という明確な結論はありません。初めての妊娠・出産を迎える妊婦さんとパートナーだけでなく、2人目以降で初めて検査を選ばれる方や、持病を抱えながら妊娠期を過ごしている方など、背景もさまざまです。ご相談いただく方のご家庭の状況や環境にも配慮しながら、検査で「わかること」と「わからないこと」を丁寧に説明するよう心がけています」

——読者の方にメッセージをお願いします。

「これから出産や子育てを迎える皆さんに、これからも質の高い遺伝カウンセリングを提供し続けられるよう努めていきます。また、多様化する社会の中で、それぞれのご家族に合った「寄り添い方」ができるよう心がけてまいります。」

共働きの方が増えている中で、オンライン対

予約方法

出生前カウンセリングを希望される方は、必ずご予約をお願いします。

当院で妊娠健診を受けている方

産婦人科医または担当助産師にお申し出いただくか、産婦人科外来までお電話ください。

他院で妊娠健診を受けている方

QRコードを読み取っていただき、「受診方法」の項目内「出生前カウンセリングの申込方法や検査の詳細はこちら」のPDF内にある「診療情報提供書」をプリントアウトし、かかりつけ医に必要な事項を記入してもらい、当院の産科外来までお電話 **(03-3964-1211)**(代) / 月～金 13:00～16:30) にてご予約ください。受診当日には、「診療情報提供書」の原本をご持参ください。



応やデジタル化も進めながら、ご家族の負担をできるだけ減らし、安心して妊娠・出産・育児に臨める環境づくりをサポートしていきたいと思っています。不安や疑問がございましたら、どうぞお気軽にご相談ください」

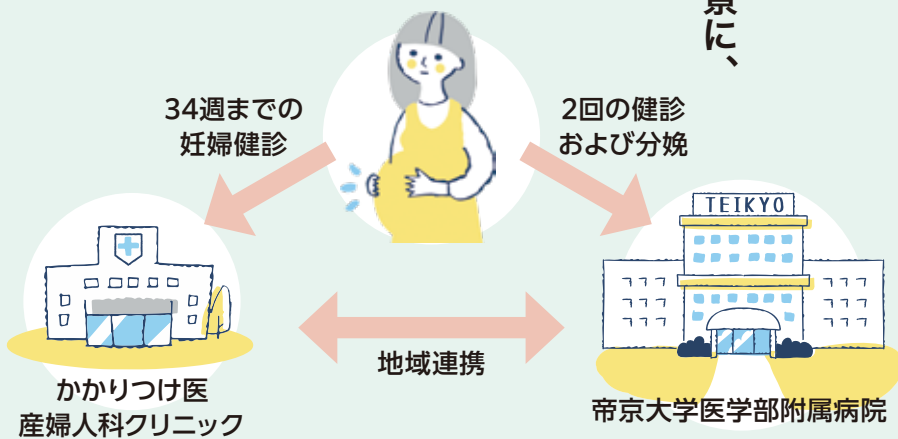
出生前カウンセリング初診の日時

月曜	9:40 / 10:40(不定期)
火曜	9:40 / 10:40 / 11:40(毎週)
水曜	9:20 / 10:20 / 11:20(第2週・第4週)
木曜	9:40 / 10:40 / 11:40(毎週)
金曜	不定期
土曜	9:15 / 10:15 / 11:15(月2-3回、時間変動あり)



健診は通いやすい診療所で、出産は大きな病院で 周産期セミオープンシステム

出産施設の減少や高齢出産の増加を背景に、
安心・安全に出産できる体制づくりが
求められています。
その取り組みのひとつとして、
全国に広がりつつあるのが
「周産期セミオープンシステム」です。
その仕組みとメリットについて、
ご紹介します。



一般的な分娩の流れと「周産期セミオープンシステム」の違いについて、地域の産婦人科医・鎌田英男先生にお話を伺いました。

「これまでは、妊娠中の健診から出産まですべてをひとつの医療機関で対応するのが一般的でした。しかし現在は、全国的に産婦人科医の数が減少し、24時間体制でお産をサポートすることが難しくなっています。そうした背景の中で導入されたのが、『周産期セミオープンシステム』です。

この仕組みは、当院での分娩を希望される妊婦さんを対象に、妊娠中の健診は自宅や職場の近くにあるクリニックや診療所に通っていた

鎌田 英男先生 産婦人科 病院准教授

2006年 帝京大学医学部卒業帝京大学医学部附属病院
2008年 帝京大学医学部大学院
2012年 博士号取得（医学）
2015年 帝京大学医学部産婦人科学講座
池田レディースクリニック 兼
帝京大学医学部非常勤助手
2022年 帝京大学医学部産婦人科学講座

き、出産は当院で行っていただくというものです。妊娠中から地域の医療機関と連携し、しっかりと情報を共有することで、安心・安全なお産をサポートできる体制を整えています。当院では、北区や埼玉県内はもちろん、港区や中央区といった都心部にある約30の医療施設と連携しています」

——どんなメリットがあるのでしょうか？

「大きな病院では、健診の待ち時間が長くなってしまうことも多く、それが妊婦さんの負担になることがあります。その点、通いやすい場所にあるクリニックで、ストレスなく健診を受けられるのは大きなメリットだと思います。」

また、妊娠期間中に赤ちゃんやお母さんの体に何か異変があった場合でも、当院での診察が可能です。基本的には、持病がなく妊娠経過が順調な方を対象としたシステムですが、いざというときにしっかりとサポートできる体制を整えています。

出産前には、当院での受診が2回必要になります。その際には、超音波の専門医が赤ちゃんの状態を丁寧に確認しています。赤ちゃんの様子がよくわかったら、ご家族の皆さんにも好評です。

また、当院は無痛分娩にも多くの実績があります。お母さんのご希望に沿った出産方法が選べることも、大きな強みのひとつです」

——これから妊娠を考えている方、現在妊娠中の方へメッセージをお願いします。

「妊娠中は、不安や戸惑いを感じることも多いと思います。そんな中でも、少しでも安心して、幸せな気持ちで“妊娠ライフ”を過ごしていただけるように、当院のスタッフ、そして地域のクリニックが一丸となって、“十月十日”というかけがえない時間をしっかりと支えていきたいと考えています。」

今後の目標は、このセミオープンシステムをさらに質の高いものに育て、次の世代へと引き継いでいくことです。この仕組みがしっかりと機能することで、環境に左右されず、“赤ちゃんを授かりたい”“産みたい”という思いを安心して叶えられる、そんな社会づくりに、私たちも貢献していきたいと考えています」



4Dエコーの写真。

最近では写真だけでなく動画でも赤ちゃんの動きを確認することができます。赤ちゃんがピースしていることもあるのだとか。





どんな妊婦さんも安心して出産できる社会へ

地域の医療機関と連携し、妊婦さんを支える「周産期セミオープンシステム」。

帝京大学医学部附属病院ではどのような体制でお産をサポートしているのでしょうか？総合周産期母子医療センター長を務める笹森幸文先生にお話を伺いました。

「当院では約2年前から『周産期セミオープンシステム』を導入していますが、これは全国的にも広まりつつある取り組みです。

実はこの制度自体は何年も前から存在しているのですが、まだまだその存在を知らない妊婦さんも多いのが現状です。この機会にぜひ知っていただき、多くの方が安心して妊娠・出産を迎えられるよう、今後もサポートしていきたいと思っています。

実際に当院では、お仕事の都合で転勤された方が『2人目も帝京大学医学部附属病院で産み

たい』と、この制度を活用されているケースもあります。お母さんにとっては、勝手のわかる病院で出産できることが何よりの安心材料になりますよね。

また、上のお子さんの育児やお仕事をしながら、当院まで定期健診に通うのは大きな負担になります。その点、お近くのクリニックで健診を受けられるのは、妊婦さんにとっても非常に大きなメリットだと思います」

—— 帝京大学医学部附属病院の周産期ケアの特徴を教えてください。

「当院では、妊娠・出産・新生児期まで、周産期に関わる医療をトータルでサポートできる体制を整えています。産科・MFCU（母体胎児集中治療室）・NICU（新生児集中治療室）がすべて同じフロアに集約されており、24時間体制で緊急対応が可能です。



笹森 幸文先生 産婦人科 病院教授

1987年 帝京大学医学部卒業
2009年 帝京大学医学部産婦人科・医学教育センター講師
2014年 帝京大学医学部 Best Teacher Award受賞
2021年 帝京大学医学部産婦人科 病院教授・総合周産期母子医療センター長

また近年は、無痛分娩を希望される方も増え、当院でもそのニーズにしっかり応えられるよう、麻酔科との連携体制を整えています。担当できる医師も複数おりますので、安心して無痛分娩を選択いただける環境が整っています」

—— 今後の展望について教えてください。

「一人でも多くの妊婦さんに、このセミオープンシステムを活用していただきたいと思います。そのためには、連携する医療施設をさらに増やし、定期的に勉強会などを開催して、先生方との情報共有やスキルアップも図っていききたいと

地域のクリニック (提携医療機関)



妊婦健診は通いやすく
待ち時間の少ない
地域の医療機関で...

初診



帝京大学医学部 附属病院

分娩の前に2回、当院へ受診いただき、
赤ちゃんの状態や胎盤の位置などを
確認いたします。

16～20週(1回目)



28～30週(2回目)



34週以降は、当院への受診を
続けていただきます。
分娩は無痛分娩が可能で
様々な医療設備を備えた当院で...

34週以降～分娩まで

1ヶ月健診

帝京大学医学部附属病院なら...

- ・産科
- ・MFICU (母体胎児集中治療室)
- ・NICU (新生児集中治療室) 完備

周産期セミオープンシステム 連携医療機関

帝京大学医学部附属病院では、2025年春時点で約30
のクリニックと連携しています。無痛分娩を希望される
方、当院でのお産をご希望される方は、以下のQRコード
を読み取っていただき、「周産期セミオープンシステムに
ついて」の項目内「連携医療機
関リスト」のPDF内にあるクリ
ニックへお問い合わせください。



考えています。
残念ながら、全国的に産科医の減少が進み、人
手不足は避けられない状況になりつつありま
す。だからこそ、病院同士が連携しながら、妊婦
さんを地域全体で支えていく体制づくりが重要
だと思っています。
当院でも、ストレスなく、安心して出産を迎え
られる環境を整えています。まずはお近くのク
リニックへ、お気軽にご相談ください」

お産に関するQ&A

Q1 初産の人が気をつけることは？

A::基本的なことですが、体調管理を徹底しましょう。インターネットで情報収集をする方も多いかもしれませんが、中には間違った情報も。正しい情報を見極める、気になることは外来時医師に相談することが大切です。

Q2 妊娠中に気をつけることは？

A::妊娠初期には、感染症検査を忘れずに行いましょう。また不正性器出血などは切迫流産の可能性も。少量の出血でも、かかりつけ医に相談しましょう。中期以降の高血压は、様々なリスクへとつながるため、日頃から血圧計測の習慣を身につけておくことが大切です。

Q3 妊娠中にはどんな変化や不調があるの？

A::変化の中ではつわりが一番辛い症状かもしれませんが、食事や水分がとれないため、体調だけでなくメンタルにも影響が出ることも。また、お腹が大きくなってくると体の重心が変化するため、転びやすいことを忘れずに。妊娠中はむくみ、疲れやすい、だるさなど「いつも通り」過ごすことが難しくなります。ご家族の協力が必

デメリットを理解した上で接種することが大切です。

◎妊娠中に接種できるもの

RSウイルス／DPTワクチン／

インフルエンザウイルス／新型コロナウイルス

◎妊娠中に接種できないもの

風疹／はしか／おたふく／水ぼうそう

Q7 自然分娩、無痛分娩、帝王切開の違いは？

A::母体の持つ力だけで分娩することを自然分娩、陣痛や分娩時の痛みを麻酔で抑え少ない痛みで出産することを無痛分娩、腹部と子宮を切開し胎児を取り出すことを帝王切開といいます。最近は陣痛の辛さが無くなる、無痛分娩を選ぶ方が増えていきます。安全なお産を行えるために希望がある場合はかかりつけ医に相談しましょう。ちなみに1人目が帝王切開の場合、2人目



長阪 一憲先生 産婦人科 主任教授

2000年愛媛大学医学部医学科卒業。
2008年東京大学大学院医学系研究科卒業
医学博士取得。
東京大学医学部附属病院女性診療科産科などでの勤務を経て、2017年より帝京大学医学部附属病院産婦人科にて勤務。

須といえますね。

また日頃から軽い運動を推奨しています。メンタル面にも良い影響を与えるので、できる範囲で体を動かしておきましょう。

Q₄ 出産に向けて家族は何を準備したらいい？

A::最近はお親学校を開催する自治体や医療施設も増えてきました。ぜひ積極的にパートナーさんに参加いただき、ご家族で出産に向けてのイメージを膨らませておきましょう。とくに初めての妊娠・出産は不安がいっぱい。ストレスを少しでも遠ざけてあげるように寄り添う気持ちが大切です。

Q₅ 産後うつ予防のためにできることはある？

A::妊娠中から無理をしないこと、日頃からストレスを遠ざけていくことが大切です。もし違和感を感じたら、帝京大学医学部附属病院ではメンタル面でのサポートも行っています。医師にご相談ください。

Q₆ 妊娠中に予防接種をしてもいい？

A::妊娠中にできるものとはできないものがあることを理解しておきましょう。また予防接種におけるメリット・

降も帝王切開が推奨されています。

Q₈ 妊娠期と出産後、必要な栄養素は？

A::妊娠期には、貧血や便秘になりやすいため、医師に相談の上で、必要な栄養バランスをしっかりと食事から補うことがお勧めです。出産後は、体力の回復と母乳に必要な栄養素を普段の食事からしっかりと接種していきます。

◎補いたい栄養素

タンパク質、食物繊維、鉄分、カルシウム、葉酸

※妊娠中、お刺身や生肉・生野菜などは感染症や食中毒のリスクを避けるために控えてください。またタバコとアルコールは禁止、カフェインは1日200mgほどに抑え、刺激物や塩分の摂り過ぎにも注意が必要です。

Q₉ 帝京病院では外国人妊婦さんも受け入れているの？

A::受け入れています。外国人妊婦さんは増加傾向にあり、当院でも翻訳機を使いながらサポートしています。宗教上の理由でお肉や魚が食べられない方もいるので、入院中のお食事はご希望を伺い、対応しています。英語版のパンフレットも準備していますので、お気軽にご相談ください。

誰もが安心して「無痛分娩」を自由に選べる社会へ

2025年10月から、東京都では無痛分娩の費用に対する助成制度がスタートする予定です。無痛分娩の選択肢が広がる中、帝京大学医学部附属病院でもすでに多くの実績があります。

今回は、周産期医療と公衆衛生を専門とする西澤美紀先生にお話を伺いました。

「私は産科チームの一員として、妊婦健診や病棟での管理、分娩など、妊娠・出産に関わる医療に携わっています。」

実は昨年の春に第一子を出産したばかりで、自分自身の妊娠・出産を通して、仕事への向き合い方も変わったと感じています。医師としてだけでなく、一人の母としての経験が、大きな学びになりました」

——お仕事をする上で、気をつけていることを教えてください。

「妊娠や出産は、本当に人それぞれで個人差が大きいものです。だからこそ、一人ひとりに寄り添った医療を大切にしています。痛みやつらさを「これくらい我慢しなきゃ」と思ってしまう方も多いのですが、無理をせず、フラットな気持ちで判断することが大切だと感じています。」

当院では無痛分娩にも対応しており、麻酔科の先生との連携も欠かせません。無痛分娩とは、出産時の陣痛の痛みを麻酔で軽減するお産の方法で、出産後の育児に向けて体力を温存できるという点でも、大きなメリットがあります。心に

ゆとりを持った出産ができることも、この方法の魅力のひとつです。

無痛分娩を希望される方には、妊娠30週ごろに麻酔科の医師から詳しい説明を受ける時間を設けていますので、不安な点は外来でしっかりと解消していただけます。今後は、もっと多くの妊婦さんが無痛分娩を自由に選択できるように、ニーズに応じた体制の拡充にも取り組んでいきたいと考えています」

——チームの自慢できることを教えてください。

「当院の大きな強みは、各分野の専門医がそろっており、多職種が連携して妊婦さんをサポートできる体制があることです。」

特に、ハイリスク妊娠の管理にも対応できる点は、大きな安心材料だと思います。たとえば、IVR（血管内治療を行う放射線チーム）が24時間体制で待機してくれているので、出産時の急な出血リスクなどにも迅速に対応できます。

また近年では、外国人妊婦さんの受け入れも増えてきました。日本語が話せない方や、宗教上の理由で特定の食材が食べられない、動物由来の医薬品が使えないというケースもあります。そうした方には、翻訳機を使って丁寧にコミュニケーションをとったり、栄養士さんと相談しながら特別なメニューを組んだり、一人ひとりに合わせた対応を行っています。国籍や宗教



西澤 美紀先生 産婦人科 助教

帝京大学医学部卒。
帝京大学医学部附属病院での初期研修を経て、2017年同病院産婦人科医局入局。
2023年3月帝京大学大学院公衆衛生学研究所修士課程修了し公衆衛生学修士を取得。公衆衛生学修士取得の際の課題研究のテーマは外国人妊婦支援。
2024年4月から現職。

に関係なく、すべての妊婦さんが安心して出産できる環境を、今後もチーム一丸となって整えていきたいと思っています」

——読者の方にメッセージをお願いします

「妊娠や出産は、女性にとっても、ご家族にとっても人生の大きな節目だと思います。その大切な時間が、少しでもあたたかく、良い思い出として心に残るように、私たちチーム一丸となって、新しい命の誕生を全力でサポートしていきます。不安なことや気になることがあれば、どんなに小さなことでも構いません。どうぞお気軽にご相談ください」

MY FAVORITE



娘と一緒に遊ぶ時間が癒しに。大きくなったら一緒にサッカー観戦がしたいです♪

帝京大学医学部附属病院ホームページ

04 病院のご案内 ▶ ウェブマガジン T-ch「ティーチ」

より閲覧できます。

または右記の二次元バーコードをスマホで読み取っていただくと、直接閲覧できます。ぜひご覧ください。



ウェブマガジン T-ch「ティーチ」コンテンツ一覧

No.1	CKDってなに？
No.2	肝臓・脾臓とアルコールについて ー耳の痛くないお話ー
No.3	妊娠と薬の話
No.4	突然線が曲がって見えたら？
No.5	わかってきたアトピー性皮膚炎
No.6	においがしない？ 好酸球性副鼻腔炎の話
No.7	神経のはたらきは、数字で表せるのでしょうか？



ウェブマガジン T-ch「ティーチ」

ホームページ上で気軽に読んでいただけるようなウェブマガジンT-ch「ティーチ」。

T-ch「ティーチ」は、各専門分野の疾病や治療方法などを紹介するウェブマガジンです。

● T-ch「Teikyo」 帝京大学医学部附属病院の頭文字

● ch「Channel」 「チャンネル」

● Teikyo Web Channel を略して「T-ch」としました

また、「ティーチ」には「teach」教える」と意味も込められています。当院の様々な取り組みを発信するページです。

1	ア	ユ	イ	モ
2	コ	ウ	ノ	ト
3	リ	ー	ス	
4	ツ		モ	ギ
5	エ	リ	ア	ブ

P.2
クロスワードの
答え

エ

コ

ー

ABC

理念

患者そして家族と共にあゆむ医療

基本方針

安心安全な高度の医療
患者中心の医療
地域への貢献
医療人の育成
医学研究の推進



帝京大学医学部附属病院

〒173-8606 東京都板橋区加賀2-11-1

TEL.03-3964-1211(代表)

<https://www.teikyo-hospital.jp/>

院内誌についてのお問い合わせ先

帝京大学医学部附属病院 広報委員会

E-mail:kohoiin@med.teikyo-u.ac.jp