



## 妊娠 と くすり

### ◆はじめに

「妊娠に気づかず薬を飲んでしまった!」「妊娠中なのに薬を処方された。飲んでも大丈夫かしら?」と不安になった方は多いと思います。

確かに妊娠中の薬の服用に関しては慎重にしたいものですが、明らかに危険性が認められているのはごく一部の薬であり、多くの薬は心配しなくても大丈夫です。正しい知識をもって、必要な薬はきちんと服用するようにすることが大切です。



### ◆妊娠時期の教え方

一般的に、妊娠時期は「週数」で表され、最終月経の開始日を0週0日として数え、分娩予定日は40週0日になります。しかし、これはあくまでも目安であり、1週間程度の誤差は十分ありえます。

### ◆赤ちゃんへの薬の影響

妊娠時期、母体の健康、薬自体の特徴など、さまざまな角度から考える必要があります。

#### 【妊娠時期】

通常、排卵は月経開始日から14日目(2週目)前後にあります。つまり受精し、実際に妊娠が成立するのは、最終月経の開始日から2週目となります。また、受精から2週間(妊娠4週目の中頃)くらいまでは薬の影響はないとされています。

妊娠2ヵ月前後は最も薬の影響を受けやすい時期です。ところが、たいていの場合は月経が予定日より遅れていることで妊娠に気づくので、このときにはすでに妊娠2ヵ月に入っていることとなります。実は妊娠に気づいた頃には最も過敏な時期に入ってしまったのです。最近の市販の妊娠反応検査キットは感度がよく、次の月経予定日より前の時点(妊娠3週目くらい)から反応する場合もあるので、少しでも妊娠の可能性があれば、早いうちからの使用も勧められます。

妊娠5ヵ月以降はほとんど奇形はみられませんが、胎児毒性や分娩への影響に配慮が必要となります。

妊娠時期 (妊娠周期の目安)	考えられる薬の影響
妊娠1ヵ月前後 (0~3週目)	薬を服用したとしても影響はないと考えられるが、この時期に妊娠週数が明確に分かっていることは少ない。
妊娠2ヵ月前後 (4~7週目)	【絶対過敏期】さまざまな器官が作られるため、最も薬の影響を受けやすい重要な時期。
妊娠3ヵ月~4ヵ月前後 (8~15週目)	【相対過敏期】絶対過敏期よりは危険性は低くなるが、外性器や口蓋が完成する時期なので、奇形などの心配は、特に性への分化や口蓋への影響がある。
妊娠5ヵ月~分娩まで (16週目以降)	ほぼ器官の形成は終了しているため、ほとんど奇形の心配はないが、胎児毒性が問題となる。胎児の発育が低下したり、羊水が減少したり、胎児死亡が起こることがある。





## 【母体の健康】

母体の健康は赤ちゃんの健康に影響します。薬の影響を心配しすぎるあまりに、必要な薬まで飲まずにいて、お母さんが健康を損ねてしまっただけでは、かえって赤ちゃんに悪影響を及ぼすことがあります。

特に、糖尿病や高血圧、喘息などの慢性疾患では、症状をコントロールするために薬が欠かせない場合も多くあります。薬を服用中で妊娠を望む場合は、主治医とよく相談し、計画的に妊娠を考えることが重要です。また、薬の服用中に妊娠に気づいた場合は、産婦人科医だけでなく、すぐに主治医にも相談しましょう。

## 【薬自体の特徴】

糖尿病や高血圧の薬、抗うつ薬や抗てんかん薬などの精神神経用薬、抗がん薬などの中には、その成分によっては、妊娠中もしくは妊娠前の一定期間は服用を避けた方がよいものがあります。しかし、お母さんの健康を保つために、これらの薬が必要な場合もあります。その場合、なるべく影響の少ない薬へ変更するなどの対応が必要です。勝手に薬の服用をやめるなどの自己判断はせず、主治医とよく相談しましょう。

## 【男性が服用する薬の影響】

精巣で作られた精子が受精に関わるまでは約74日前後とされていることから、薬の影響があるとすれば、受精前3ヵ月以内に服用した薬によるものと考えられます。しかし、中には服用後6ヵ月以上、避妊が必要な薬もあります。

## 【その他】

薬を服用していなくても、先天性異常は小さな異常も含めて3~5%に発現するといわれています。



## ◆葉酸摂取のすすめ

ビタミンB群の一種である葉酸は、神経管閉塞障害の予防に重要な働きをします。では、妊娠したら葉酸をたくさん摂ればいいのかというと、実はそうとはいえません。神経管は妊娠2ヵ月までにはほぼ完成してしまうので、妊娠に気づいた時点から葉酸を積極的に摂取しはじめても少し遅いのです。厚生労働省では、妊娠の可能性のある女性は普段から、食事以外にもサプリメントから積極的に摂取するよう呼びかけています。

## ◆おわりに

赤ちゃんに何らかの異常があったとき、両親は「いったい何が原因だったのだろう？」という疑問に苛まれます。もしも妊娠中に薬を飲んだことがあれば、たとえ医学的に否定されてもその薬を疑いたくなるのは人の常です。だからこそ不必要な薬の服用は避けるべきですが、逆に既に薬を服用してしまったからといって中絶を考えるなど過剰に心配しすぎるのもよくありません。

また、赤ちゃんのためにも必要な薬はきちんと服用することが大切です。自己判断で薬を中止したりせず、不安なときは薬の必要性について主治医とよく相談しましょう。





## 〈参考〉

### ◇風邪・インフルエンザ

まずは、うがい、手洗い、マスクの着用など予防対策を行うことが大切です。うがいは水でのうがいが勧められます。イソジンなどのヨードを含むうがい薬を使う人が多いのですが、ヨードは胎盤を通過しやすいので注意が必要です。また、インフルエンザワクチンは妊娠中でも接種可能です。

薬が必要な場合は、咳、鼻、熱などの症状を改善する薬を必要最小限使用するようになります。また、抗菌薬や抗ウイルス薬も、成分によっては服用できるものもあります。インフルエンザに使われるザナミビル(商品名：リレンザ)は吸入薬であるため、妊娠中でも使用は可能です。漢方薬では、香蘇散、参蘇飲、麦門冬湯などが症状にあわせて使われます。一般的に風邪によく使われる葛根湯は、麻黄を含むため長期の使用を避けましょう。市販の風邪薬はいろいろな成分が混じっており、必ずしも安全とはいえません。

### ◇喘息

喘息発作が起こると、お母さんだけでなく、赤ちゃんにも危険が及びます。吸入ステロイド薬などを使って喘息発作を防止することが非常に重要です。

### ◇便秘

まずは食事や適度の運動で改善するように心がけましょう。薬が必要な場合は一時的な使用にとどめます。漢方薬では、桂枝加芍薬湯、小建中湯などが使用されます。健康食品のアロエは、その成分が胎盤を通過して赤ちゃんの腸を刺激し、羊水中に胎便を出すので、妊娠中は服用を避けましょう。

また、便秘に加えて痔にもなりやすくなります。痔の薬の多くは軟膏や坐薬なので赤ちゃんへの影響は少ないと考えられますが、ステロイドが含まれているものが多いので、長期間、連用するのは避けましょう。

### ◇花粉症

まずは、マスクやめがねを利用するなど、花粉を防ぐ対策が重要です。薬を使用する場合は、のみ薬よりも点鼻薬の方が使いやすいと思いますが、点鼻薬の中でも、血管を収縮させる成分が含まれているものは、子宮を収縮する作用もあるため注意が必要です。このような成分は市販の点鼻薬にも含まれていることがあります。のみ薬の中にも比較的 safely に使えるものがあります。



### ◇漢方薬

一般的に、漢方薬は安全といわれますが、中には妊娠中に服用してはいけないものもあります。医療用の漢方薬には妊娠中に服用してはいけない成分(生薬)が含まれていないので比較的 safe といえますが、市販薬や漢方専門店で購入する場合は必ず薬剤師によく相談しましょう。





### ◇タバコ

タバコの煙にはニコチン、一酸化炭素、シアン化合物などの有害な物質も多く含まれており、母体にも赤ちゃんにも悪影響を及ぼします。特に、子宮内胎児発育遅延は喫煙本数に関係し、出生時体重の減少につながります。また、流産や早産、前置胎盤、胎盤早期剥離などの危険性も非喫煙者と比べて2~3倍高くなるといわれています。

受動喫煙も1日1~5本程度の喫煙と同じ影響があるので、パートナーも喫煙を控えるように、もしくは妊娠中の女性が受動喫煙を受けないような配慮が必要です。



### ◇アルコール

妊娠中の飲酒による赤ちゃんへの影響は、胎児性アルコール症候群と呼ばれています。これは、妊娠中にアルコールを摂取した女性から生まれた子供にみられる症状を総称したもので、特徴的な顔貌(小さな目、薄い唇など)や、発育の遅れ、中枢神経系の障害(学習、記憶、注意力の持続、コミュニケーション、視覚・聴覚の障害など)などがみられます。妊娠初期(特に絶対過敏期)では奇形が起こる危険性が、妊娠後期では発育異常や中枢神経系障害が起こる危険性が高くなるといわれています。

少量をたまに飲む程度なら影響は少ないとする考え方もありますが、毎日飲酒しなくても胎児性アルコール症候群が発生することが知られているので、妊娠中は飲酒を避けることが望ましいでしょう。

### ◇ビタミン

「ビタミンは体に良いので何でもたくさん摂った方がいい」というのは間違いです。

ビタミンAは、妊娠初期の過剰摂取により奇形の報告があります。普通の食事で過剰摂取になることはまずありませんが、貧血予防のためとあって、ビタミンAを豊富に含むレバーを毎日食べるようなことは避けましょう。また、ビタミンAが含まれている薬やサプリメントには注意が必要です。

## ○相談窓口

#### ○愛知県薬剤師会薬事情報室

(平日 午前9時~午後5時) 052-231-2261 (代)

#### ○名古屋第一赤十字病院「妊娠と薬外来」

(平日 午後1時~4時) 052-481-5111 (代)

#### ○あいち小児保健医療総合センター保健室

0562-43-0500

妊婦・授乳婦の医薬品適正使用ネットワーク構築に関する研究班(平成21年3月作成)

