

秋大付属病院産婦人科 サイト開設

秋田大学医学部付属病院 (秋田市) の産婦人科 (寺田幸弘教授、藤嶋明子助教)



藤嶋明子助教

田幸弘教授、藤嶋明子助教は、将来の妊娠や体調変化を見据えて健康づくりに取り組む「プレコンセプション(受胎前)ケア」をテーマにしたウェブサイト「あきたでプレコン」を開設した。妊娠・出産のほか、月経や男性不妊などについて情報提供している。

プレコンセプションケアは、若い女性やカップルが自身の体と向き合うことで質の高い生活を図り、将来的な妊娠・出産の可能性の向上にもつなげようとする考え方。世界保健機関(WHO)などが推奨しており、日本でも徐々に広がっている。日本では現在、夫婦の5

「プレコン」知っていますか



「あきたでプレコン」のQRコード

こんな方を知ってほしい

開設された「あきたでプレコン」のサイト画面

あきたでプレコンの紹介文。自分の未来は自分でつくる。プレコンとは? プレコン講座 コラム

妊娠前の健康管理法周知

・5組に1組が不妊治療や検査を受けているとされ、その数は増えているとされ、男女ともに若い頃からの健康管理は、妊娠のしやすさや生まれる赤ちゃんの健康に影響する。

産婦人科医として県内で10年以上診療に当たってきた藤嶋助教は「元氣な赤ちゃんを産むという、当たり前の希望がかなわなかった人たちがたくさんいた」と話す。妊娠前から日頃の健康管理を心がけていれば防げたと思われるケースもあった。

「正しい知識を身に付けることで、将来の選択の幅を広げてほしい」。そんな思いから、今年2月末にサイトを開設した。サイトではプレコンセプションケアについて分かり

やすく解説。コラムで子宮頸がんなどを防ぐヒトパピローマウイルス(HPV)ワクチンについての情報などを発信している。同病院産婦人科が実施している無料オンライン相談のページにもつながっている。

全国的にも珍しいのが、個別にアドバイスが受けられる「プレコンチェック」。身長、体重を入力し生活習慣に関する質問に答えると、注意すべき点や足りない点を教えてもらえる。

さらに、弘前大学の学生団体が作成した冊子を基に、本県の情報を盛り込んだ「産婦人科への一步 秋田版2023」をダウンロードできる。月経についてや生理用品の使い方、低用量ピルの特徴などを記載。正しい避妊方法や、性感染症といった、男性も知っておくべき情報も盛り込んだ。大学生の視点で見た疑問に、産婦人科医からの回答が寄せられている。

藤嶋助教は「サイトには女性だけではなく、夫やパートナー、保護者、職場の上司・同僚など、全ての人に知ってほしい内容をまとめた」とする。妊娠についての知識を授業で習う機会は少なく、妊娠してから、もしくは不妊が心配になってから調べる人が多い。

しかし、不妊症や妊娠中の合併症は日頃の生活習慣が大きく影響しており、不安になってからでは手遅れになってしまふことがある。「産む、産まないにかかわらず、自分の描いた未来をつくるために、必要な知識を得るきっかけになればうれしい」と話している。

(三浦ちひろ)

「産婦人科への一步 秋田版2023」では、女性の体や性についての情報を分かりやすくまとめている

プレコンサイトのスクリーンショット。妊娠前の健康チェックや、産婦人科への一步に関する情報が表示されている。