

つわり



WANPUG

つわりとは

妊娠 **5～6 週頃**から始まって、妊娠 **9 週頃**にもっとも症状が強くなり、その後は徐々に軽くなっていくことが多いとされています。

主な症状は**吐き気、嘔吐、食べたいものの好みの変化**などに加えて、**頭痛や全身倦怠感**などが現れます。

つわりは、妊婦さんの 50～80% に認められるといわれています。



✿ つわりのときの過ごし方 ✿

つわりは妊婦さんの半数は経験する生理的な現象であり、この期間に無理して食べられなくても赤ちゃんに影響することはほとんどありません。

食事は食べられるものから少しずつ口にしてもらう程度にして、無理して食べる必要はありません。

**食べられるものを食べる、
飲めるものを飲むことがコツです。**



水分不足とビタミン不足を補うためにスポーツドリンクなどを飲むように心がけましょう。

治療が必要なときは？

つわりがひどくなって、水も飲めなくなり、
体重がどんどん減ってしまい、日常生活を送る
ことが難しくなるような「^{にんしん お そ}妊娠悪阻」になった
場合には治療が必要になります。



症状によって、入院か外来で
行うかは相談となります。

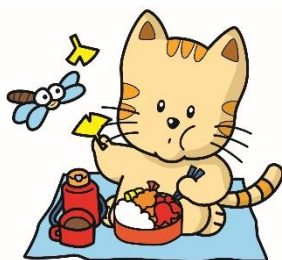
治療は、水分とビタミンを点滴
で補います。入院中は、栄養士さんと相談しながら個
別のメニューで対応します。悪阻による症状が長く続
く場合には中心静脈(太い血管)からカロリー^の高い^の、
点滴を行うことがあります。



また、悪阻には精神的休養も必要になります。
できるだけ気分転換をして
のんびり過ごしましょう。

家族や職場の理解や
サポートも大切です。





地方独立行政法人 大阪府立病院機構
大阪母子医療センター

<産科>

〒594-1101 大阪府和泉市室堂町 840

患者支援センター TEL 0725-56-1220

FAX 0725-56-5605

2022.8 更新