赤ちゃんの四季（46）　平成24年夏

妊婦さん、やせ過ぎにご注意を、増え続ける低出生体重児

10年前のこの欄で、出生体重2,500グラム未満の低出生体重児の割合が2000年の調査結果から男児で7.8％に、女児で9.5％に達し、1980年の男児4.8％、女児5.6％に比べると、1.6倍も増加したことを紹介しました。

当時は、その原因として、母体の喫煙、出産年齢の高齢化、妊婦のやせ過ぎを挙げ、注意を促していましたが、このたびの2010年の統計では、男児で8.5％、女児で10.8％と、低出生体重児はさらに増え続けています。

新生児科医の立場からすると、医療が進歩したとは言え、低出生体重児のもつリスクの大きさは今も変わりません。一方、わが国の産科医は、妊娠中に体重が増え過ぎると胎児が大きくなりすぎて難産になったり、妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）などのリスクが高まることを恐れ、妊婦の体重管理を厳しく指導していました。ようやく2011年に改訂された日本産婦人科学会のガイドラインに、「やせ女性は切迫早産、早産、低出生体重児を分娩するリスクが高い傾向がある」との記述が盛り込まれ、妊婦の体重指導にあたっては個人差を考慮したゆるやかな指導を心がけるよう呼び掛けはじめました。

最近注目されているのは、Developmental Origins of Health and Diseases（DOHaD）という新しい概念で、胎児期、乳幼児期に低栄養環境に曝されると、成人後に2型糖尿病や高血圧などの生活習慣病を高率に引き起こされるというもので、妊婦への過度の食事制限指導が見直されるようになりました。

若い女性のやせ願望と相まって、「小さく産んで大きく育てる」という長い間伝承されてきた出産も、今や理想のお産ではなくなったのです。妊婦さんは、産科医とよく相談し、BMIを参考にしながら、バランスのよい食事を摂って、元気な赤ちゃんを産んでください。