

産婦人科診療ガイドライン解説 産科改訂編

2) CQ010 妊娠前の体格や妊娠中の体重増加については？

浜松医科大学 伊 東 宏 晃

Answer

1. 「妊娠前の体格と妊娠予後」について尋ねられた場合には以下の情報を提供する。(C)
 - 1) やせ女性 (BMI<18.5) 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。
 - 2) 肥満女性 (BMI \geq 25) は妊娠高血圧症候群, 妊娠糖尿病, 帝王切開分娩, 死産, 巨大児, 児の神経管閉鎖障害などのリスクが高い傾向がある。
2. 「妊娠中の体重増加量」について尋ねられた場合には以下の情報を提供する。(B)
 - 1) 日本人の食事摂取基準 (2010年版) (厚生労働省策定) では, 普通の体格の妊婦 (非妊娠時BMI値が18.5~25.0未満) が妊娠40週の時点で約3kgの単胎児を出産するのに必要な体重増加量は11kgとしているが, 個人差がある。
 - 2) 妊娠中の母体体重増加量が多いほど児の出生時体重が重くなる傾向がある。しかし, 妊娠前のBMI値が高いほどこの傾向は弱くなる。肥満女性の場合は妊娠中の体重増加より妊娠前の肥満度のほうが出生児体重に影響する傾向がある。
3. 妊娠中の栄養指導を行う場合以下の点に留意する。
 - 1) バランスのとれた栄養素の摂取を勧める。(A)
 - 2) 妊娠前の体格 (自己申告妊娠前体重を用いたBMI値) に応じて行う。(B)
 - 3) 妊婦の体重増加に関して目的の異なる複数の推奨値があるが, 体重増加は栄養指導における評価項目の1つと認識する。(B)
 - 4) 厳格に体重増加を指導する根拠は必ずしも充分ではないと認識し, 個人差を考慮してゆるやかな指導を心がける。(C)

I 妊娠前の体格について

当ガイドラインでは日本肥満学会基準並びに

WHOの基準によりBMI18.5未満の女性をやせとする。また, 日本肥満学会の基準によりBMI25以上の女性を肥満とする。一方, 海外ではBMI30以上の女性を肥満と定義している。

II 妊娠中の体重増加量について

日本人の食事摂取基準 (2010年版) (厚生労働省策定) では, 普通の体格の妊婦 (非妊娠時BMI値が18.5~25.0未満) が妊娠40週時点で約3kgの単胎児を出産するのに必要な体重増加量を11kgとして, エネルギー付加量を策定している。

妊娠による体重増加量の推奨値や妊婦の体格評価基準に関してわが国では複数の異なる推奨がある (日本産科婦人科学会周産期委員会 [1997年], 厚生労働省による妊産婦のための食生活指針「健やか親子21」[2006年], 日本肥満学会による「肥満症治療ガイドライン」[2006年])。介入研究が少なく, 目的となる評価のエンドポイントも相異なり混乱が認められる。また, 妊娠中の体重増加とは如何なる時点までの体重増加であるかいずれの推奨においても明確に記載されていない。例えば, 妊娠中の体重増加が11kgの場合であっても妊娠37週に分娩した場合と妊娠41週に分娩した場合では, 母体並びに児に及ぼす影響は異なると推定される。したがって, 厳しい体重管理を行う根拠は乏しく, 慎重な姿勢が求められる。

わが国で実際に妊婦に栄養指導を行う場合には, バランスよく栄養素の摂取を促すことを基本として, 体重はその評価項目のひとつである点に留意すべきである。そして, 妊婦の体格や臨床的な背景を十分に評価したうえで, 複数の体重増加に関する推奨の中で如何なる立場に基づいて体重増加の指導を行うかを判断し, 異論もあることを念頭におき, 必要や要望に応じて妊婦に情報開示しつつ, ゆるやかな指導を心がけることが望ましい。