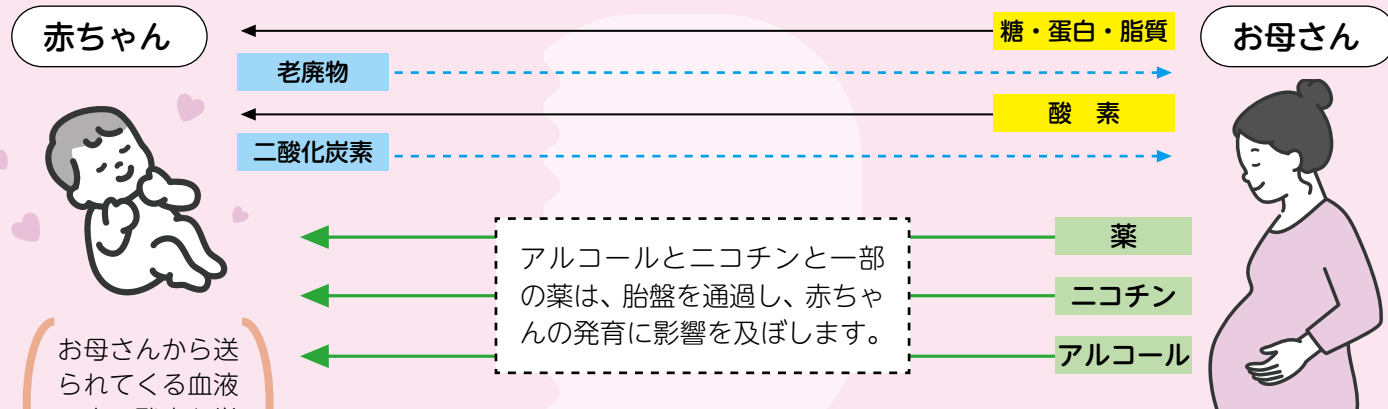


～赤ちゃんの成長を決めるのは胎盤です～

胎盤って何？どんな仕事をしているの？



胎盤

【胎盤の血管の特徴】
傷つきやすい
圧に弱い
薄い

このような条件が加わると

- ・高血圧
- ・高脂血
- ・糖尿病
- ・肥満

胎盤の血管が傷つく

胎盤の血管が傷つくと血液が流れ込みにくい。
赤ちゃんは酸素・栄養を取り込みにくい。

栄養と酸素が不足すると赤ちゃんは成長できません。
→低出生体重児

血液の流れ

糖・蛋白・脂質

酸素

お母さんは、血液の圧力を上げて何とか送ろうとします。

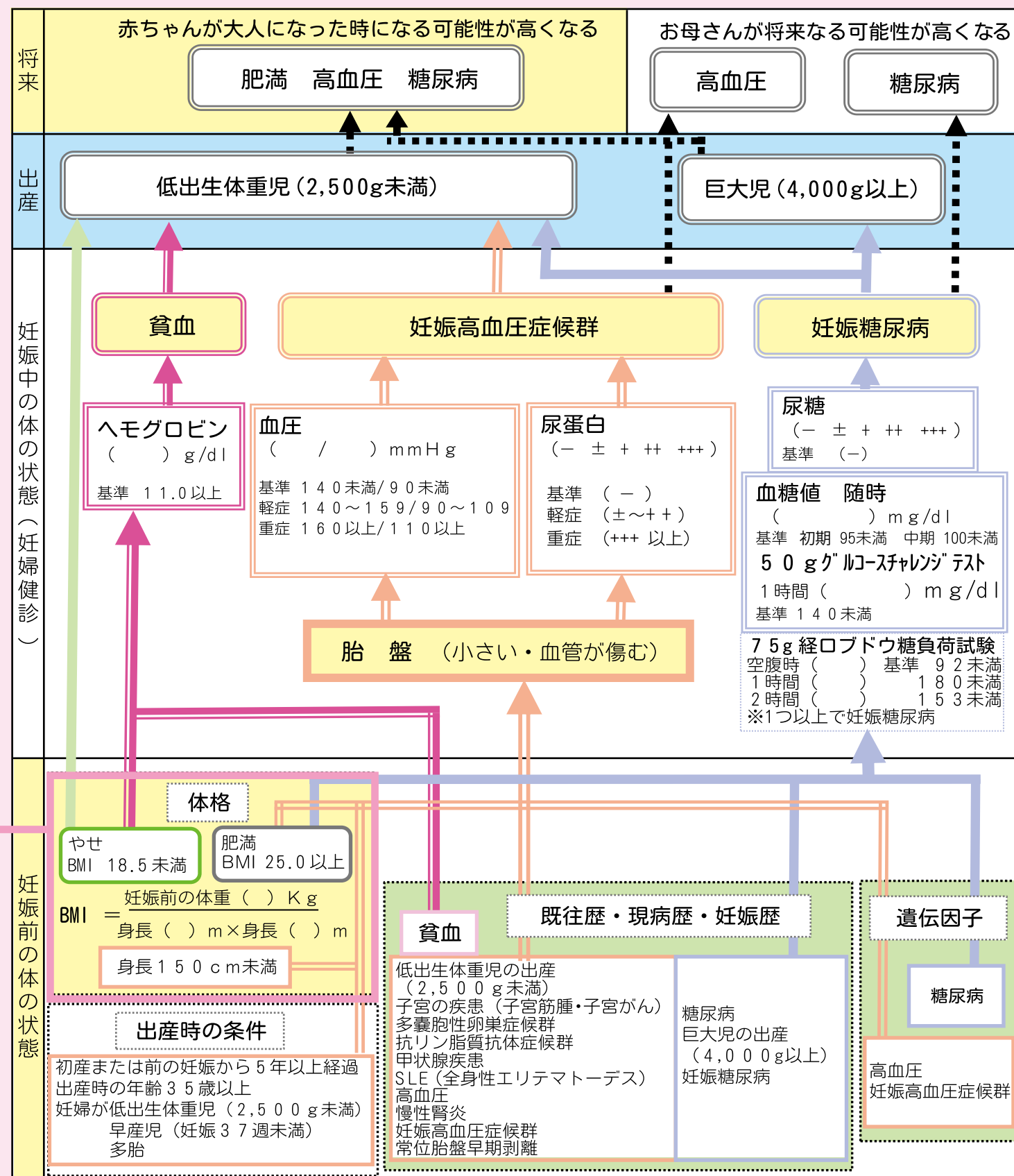
→高血圧

「健康な胎盤を作って、37 週までお腹の中で育ててあげよう」

胎盤は血管の集まりです。いい血管いい血液を作るため、食生活を整えることがとても大切です。

自分の妊娠・出産・将来のからだを確認しましょう

妊娠前の体の状態は、妊娠中や出産時の異常、赤ちゃんの成長に影響を与えることがあります。赤ちゃんの育ちを支え、お母さん自身の健康管理のために、リスクを確認してみましょう。



参考

妊娠中の体重増加量の目安

体格区分	妊娠前のBMI	体重増加量の目安
やせ	18.5未満	12kg ~ 15kg
普通体重	18.5 ~ 25未満	10kg ~ 13kg
肥満 (1度)	25 ~ 30未満	7kg ~ 10kg
肥満 (2度)	30以上	個別対応 (上限5kgまでが目安)