

妊娠高血圧 症候群について

高血圧にもさまざまなタイプがあることをお伝えしてきましたが、妊娠中に起こる高血圧もあります。お母さん自身だけでなく、赤ちゃんにも影響を及ぼすかもしれない高血圧についてご紹介します。

妊娠高血圧症候群

これまで高血圧を指摘されたことのない女性が、妊娠経過中に高血圧となる場合があります、これを「妊娠高血圧症候群」と呼びます。

妊娠高血圧症候群の重症度	
軽症	収縮期血圧 (mmHg) 140以上160未満
	拡張期血圧 (mmHg) 90以上110未満
	たんぱく尿 0.3g/日以上 2g/日未満
重症	収縮期血圧 (mmHg) 160以上
	拡張期血圧 (mmHg) 110以上
	たんぱく尿 2g/日以上

具体的には「妊娠20週以降にはじめて高血圧(収縮期140mmHgもしくは拡張期90mmHg以上)を発症し、分娩後12週までに正常に戻る場合」と定義されています。以前は、妊婦さんに高血圧、蛋白尿、むくみなどの症状が現れた場合、「妊娠中毒症」と呼んでいましたが、最近の研究から、母体や胎児に直接関係する異常は「高血圧」が中心であることがわかり、高血圧に焦点を絞った病名「妊娠高血圧症候群」と名付けられました。

なぜ妊娠高血圧症候群になるのか

実はその発症原因ははっきりとはわかっていません。そのため、確実な予防法もありません。しかし、以下の点に当てはまる人が妊娠高血圧症候群になりやすいといわれています。

- 35歳以上および15歳以下の女性
 - 初産婦
 - 多胎妊娠
 - 肥満(BMI 25以上)
 - 高血圧、糖尿病、腎臓病などの持病がある
 - 妊娠高血圧症候群の既往がある
- 塩分の高い食事や急激な体重増加も妊娠高血圧症候群のリスクを高めます。また、妊婦の母親に妊娠高血圧症候群の既往がある場合は、ない場合に比べて発症リスクが高まるといって報告があり、遺伝的要因もあると考えられています。



妊娠高血圧症候群になると何が起るのか

母体、胎児ともに悪影響を及ぼす可能性があります。代表的なものとして次のものが挙げられます。

子癇

妊娠20週以降にはじめて起きたけいれん発作です。子癇が治らない場合、母体の脳浮腫が進行したり、また胎児も危険な状態となるため、緊急帝王切開となる場合もあります。

HELLP(ヘルプ)症候群

溶血(血液中の赤血球が壊れること)、肝機能障害、血小板減少などの頭文字をとって名付けられました。血液の凝固異常や多臓器不全を起こす可能性があります。すぐに帝王切開を行う必要があります。

常位胎盤早期剥離

本来、胎盤は胎児が生まれた後にはがれ体外に出されますが、胎児が生まれる前に胎盤がはがれてしまう病気で、胎盤がはがれることで胎児に栄養がいかなくなり子宮内で胎児が亡くなってしまうたり、はがれたところからの出血が多いと出血性ショックとなり母体も危険です。

妊娠高血圧症候群の治療は?

基本的には、体重管理や塩分制限が必要となります。重症の場合には、降圧剤を使い血圧コントロールを行います。しかし母体と胎児の状態によ

り、予定日より早い週数での帝王切開を行うこともあります。妊娠高血圧症候群はそれまで健康だと思われていた妊婦でも発症する可能性があり、場合によっては母体や胎児の命も危ぶまれる可能性があるため注意が必要となります。



教えて! 河合先生



Q 出産したら妊娠高血圧症候群は治るの?

A 多くの場合、出産後は改善しますが、重症の場合はしばらく高血圧が続くこともあります。また、妊娠高血圧症候群はその後の生活習慣病との関連性も指摘されており、産後長い年月が経ったあとも、高血圧や糖尿病、虚血性心疾患や脳卒中などの罹患率が高いといわれているため、産後も食事や塩分管理に十分注意する必要があります。

Q 「低血圧の人は朝が弱いのか」

A 低血圧と起床時のつらさには直接的な関係はないと言われています。もともと血圧が低い、いわゆる本態性低血圧症の方であっても寝起きの良い人もいます。そもそも「朝が弱い」というのは自律神経の影響が考えられています。自律神経は体のさまざまな機能を調節する神経であり、自律神経の中には交感神経(心身を活発にする神経)と副交感神経(心身を休める神経)があって、この二つの神経を調整することで身体の機能をコントロールしています。この自律神経は血圧の調整も行っているため、朝目覚めたときに、副交感神経(血圧を下げる)から交感神経(血圧を上げる)優位となり、身体が活動できるような状態へと切り替わるはずが、この切り替えがうまくできずに、十分に血圧が上がらないため「朝がつらい」といった状態になることが考えられます。つまり、自律神経の乱れが朝の弱さに影響を及ぼしているのです。自律神経の乱れは、食生活の乱れやストレス、運動不足などが影響するため、規則正しい生活をするのが大切になります。

★次回は「高血圧との付き合い方」をお話しします。



順天堂医院 河合夕紀

プロフィール
埼玉県出身
獨協医科大学医学部卒
順天堂医院初期臨床研修修了
順天堂医院 循環器内科
日本内科学会認定医