

薬がほとんどです。母乳に薬が移行することイコール、薬が濃縮されて母乳に出て、乳児に悪影響が出るのではないので、ごく微量の母乳への移行に神経質になりすぎることはありません。

授乳中に明らかに避けるべき薬は、蓄積性のある放射性ヨード剤（パセドウ病などの治療で使用）、一部の抗不整脈剤、抗ガン剤などです。授乳しても安全と考えられている薬は国立生育医療センターのホームページに掲載されています。主な薬をまとめておきます。

ご覧になって、お気づきと思いますが、妊婦や授乳しているママさん達が普通の病気に罹って使う薬は授乳に問題の無いものがほとんどです。薬は全て授乳に悪いものと過度に構えず、病気をしたら主治医と相談の上、必要な薬はきちんと使って病気を治すことこそ、お子さんのためになるでしょう。

**授乳に問題の無い薬一覧**

薬のタイプ	商品名・一般名	対象疾患
吸入ステロイド	シムビコート	喘息
テオフィリン	テオドール	喘息
抗ウイルス剤	タミフル	インフルエンザ
	バルトレックス	帯状疱疹
抗ヒスタミン剤	ロラタジン	鼻炎やアレルギー
	ジフェンヒドรามミン	同上
抗生物質	クラリスロマイシン	上気道炎等
	クリビッド	感染症
	オラセフ	感染症
便秘薬	プルゼニド	便秘
甲状腺薬	チラージンS	橋本病
胃薬	ガスター	胃潰瘍、逆流性食道炎
解熱鎮痛剤	カロナール	発熱、頭痛
降圧剤	アムロジピン	高血圧

(国立生育医療センター：妊娠と薬情報センターより抜粋)

**編集後記**

不安定だった今年の秋も、ここへ来てめっきり気温が下がり体調を崩す方が増えてきました。低温やエアコンなどのホコリによる鼻炎やぜんそく、保育園などで流行してきたノロウイルスやロタウイルスの胃腸炎、そしてこれから確実に流行ってくるインフルエンザなど、冬は病気の宝庫です。そして、忘年会やクリスマス、お正月と楽しい行事が続き、つい食べ過ぎや飲み過ぎてしまう季節でもあります。

しかし、体調を崩しやすい時期ほど、ほんの少しの注意で余計な病気に罹らなくて済みます。例えば、マスクや手洗いなど、病気の予防策が功を奏するのもこの時期が一番です。お酒の途中で、時々ウーロン茶や冷水を注文して一息入れるだけでも翌日の二日酔いが軽減します。お酒のつまみもさっぱりとしたグリーンサラダを常にテーブルの上に置いてつまむ癖をつけると、ヘビーなものばかり食べて胸焼けをおこしたり、食べ過ぎて体重が増えてしまう心配が減ります。胃薬を飲んでいくと二日酔いにならないとうそぶいて、飲みに行く前に必ず抗潰瘍剤を服用していた医局の先輩がいましたが、こんなのはもってのほかです。二日酔いや胸焼けは後日の戒めとし、工夫して楽しい季節を過ごしていただきたいと思っています。

さて、気温が下がると出不精になり運動不足に陥りがちです。私も同様で、その対策に今年はエアロバイク（室内の自転車こぎ）を導入しました。風を切って走る自転車の実走行と違い、面白みはありませんが、テレビや簡単な本を読みながら汗をかけるので重宝しています。負荷も摩擦でなく、マグネット式なので音もほとんどしません。暑さ寒さに弱い方は検討の余地あります。



**山口内科**

〒247-0056

鎌倉市大船3-2-11

大船が 10ビル201

電話 0467-47-1312

(正月休みのお知らせ)

12/27 28 29 30 31 1/1 2 3 4 5

通常どおり ← 休み → 通常

年末年始は、長めの休診になりご迷惑をおかけします。職員一同ゆっくり休息をいただき、新年から気持ちを新たに頑張っていくつもりです。

<http://www.yamaguchi-naika.com>

**すこやか生活**

第15巻第6号

発行日平成25年11月25日

編集：山口 泰



**目次：**

	ページ
妊娠・出産と薬の基本	1
慢性疾患治療と妊娠	2
授乳と薬	3
妊娠と予防接種	3
編集後記	4



**1. 妊娠・出産と薬の基本**

妊婦さんや新生児のお母さんも、他の方と同様に、病気にかかります。そこで、元々かかっている病気、新たにかかった病気に対する治療をどうするのが問題になります。薬はどれも副作用が出る可能性があるため、胎児や母乳を飲む赤ちゃんに何かあっては責任を取れないとの理由で、厚生労働省は「あの薬もダメ、この薬もダメ、その薬もダメ。」と、指定しています。このため、薬の本には使ってはいけない薬や、控えるべき薬のオンパレードで、いざというときに妊婦さんやお母さんの治療がしづらくて仕方ありません。こんな指定は“無責任は責任逃れ”と言えるでしょう。インフルエンザの予防注射なども同様です。近年、手詰まりなこの状況を何とかすべく、アメリカFDAの基準を使ったり、様々な臨床のデータを解析し、現実に沿った薬の使用が広まりつつあります。まずは一般的な考え方を整理します。

**妊娠時の薬の基本**

妊娠は①受精→②細胞分裂が進む→③子宮への着床→④各臓器の原型ができる（器官形成）→⑤胎児の成長→⑥出産の順で、進みます。妊娠は月経が予定通り来ないことから発覚することがほとんどなので、最

後の月経の初日がスタートの0日となります。その4週間後以降、つまり5～6週目頃に初めて気づきます。このころになると、尿検査で妊娠反応が陽性となり、GSと呼ばれる胎嚢が、エコー検査で確認できます。その後、7～8週目あたりまでに心臓などの重要な臓器が発生し、15週くらいまでに臓器はおおよそ完成して一段落します。この4～15週、特に4～8週くらいが最も外部からの影響を受け、奇形などの問題が起こる時期です。ここをクリアすると、催奇形性の心配がなくなり、その後

催奇形性のある主な薬	使われる病気名
抗てんかん薬	てんかんやけいれん
メルカゾール	パセドウ病
メソトレキセート	関節リウマチなど
ワーファリン	脳梗塞の予防など
D-ペニシラミン	関節リウマチなど
ビタミンA誘導体	皮膚疾患や白血病など
ミソプロストール	胃潰瘍
サリドマイド	ハンセン病、骨髄腫
男性ホルモン	筋肉増強（ドーピング）
リチウム	そう病・双極性障害
免疫抑制剤	膠原病など
抗ガン剤	各種ガン

は授乳を含めて、薬自体の毒性が問題になってきます。したがって、**a)妊娠初期の15週、とくに8週頃までは奇形を起こす薬を避けること。そして、b)16週以降は胎児や赤ちゃんに負担をかけない薬を選ぶ**という方針です。奇形を起こす可能性の比較的高い主な薬を表に列挙します。これらの薬は、妊娠がわかっ

## 2. 慢性疾患治療と妊娠

元々、継続的な治療が必要な方が妊娠した場合、または赤ちゃんが欲しい場合、以下の点に注意して治療を継続します。

### 高血圧

妊婦さんは、妊娠高血圧や、妊娠高血圧腎症（妊娠中毒と呼ばれていた）などの原因で腎機能を損ねたり、血圧が上がる可能性があります。そこで、元々降圧剤を服用していた方、妊娠の最中に血圧が上がってきた方は、降圧剤の使用が必要です。古くから使われている薬の方が安全性のデータが豊富なため、最近の薬から、メチルドーパやヒドララジンなどに切り替えることがよく行われます。また、20週を越えたあとは、ニフェジピンCR、トランデードなども使われています。目標血圧は140/90mmHg以下です。なお、上記の妊娠高血圧などは、出産後12週以内に正常に服することがほとんどです。

### 糖尿病

血糖降下剤などは、胎盤を通すため、出産児の低血糖を招く恐れがあり、胎盤を通さないインスリン注射に切り替えることがよく行われます。なお、切り替え時にコントロール不良になることもありますが、一時的な血糖の上昇は問題なく、胎児奇形の原因にもなりません。

### バセドウ病

広く用いられているメルカゾール（メチマゾールMMI）は臍・腸管などの奇形がしばしば見られるため、妊娠初期は極

即座に中止するだけでなく、妊娠を希望したり、その可能性がある場合は前もって止めておくべきでしょう。なお、抗てんかん剤や難病で、その薬以外効果が無いような特殊な状況では、薬の効果と問題の起こる確率を天秤にかけ、ギリギリの選択をしなければならないこともあります。

力この薬を避けてください。一般にプロピオサイロウラシル（PTU）が代用されます。また、妊娠を希望される方でメルカゾールを服用されている場合は、PTUに前もって切り替えることが得策です。PTUは、肝障害を起こすことも多いので、16週以降、元々のMMIに戻すこともあります。

### 甲状腺機能低下症

妊娠は代謝が増えるため、甲状腺ホルモンの需要も増加します。このためチラージンSの服用で、平常時にF・T4などの甲状腺ホルモンの血中濃度が正常に保たれていても、妊娠期間中に不足しがちです。早ければ6週程度でも不足することがあるので、定期的なホルモン検査で、不足分を速やかに補いましょう。

### 気管支喘息

妊娠により胎児の分まで酸素を取り入れなければならない妊婦さんですが、週数が重なるにつれ、お腹が膨らみ横隔膜が肺を押し上げるため、深い呼吸がしにくくなります。一般に20%程度増加する酸素需要を賄うため、心拍数を増やすなど、酸素運搬に無理がかかります。喘息は妊娠によって特に悪化する疾患ではないため、特別な対策は必要ありません。喘息治療薬はどれも胎児に対する催奇形性や毒性が無いため、喘息のコントロールで使っている薬は妊娠中も引き続き使って下さい。むしろ、治療中止によって胎児に酸素欠乏がおこることの方が心

配です。重症者で経口のステロイドを長期使ったり、大容量のステロイド吸入を行っている場合は注意が必要です。

### 逆流性食道炎

胎児をはらんだ大きな子宮がお腹を圧迫し、胃が押し上げられるため、食道裂孔ヘルニアは悪化し、胃液が逆流しやすくなり、妊娠中は胸焼けを覚えやすくなります。治療で使われる、H2受容体拮抗剤（ラニチジンなど）、PPI（オメプラゾールなど）は、特に催奇形性もないと考えられているため、症状がつかく食事が取れないときなどは服用可能です。

### 潰瘍性大腸炎

休薬によって炎症が悪化すると流産の

## 3. 授乳と薬

日本の薬剤の能書きには、ほとんどの薬が母乳に移行するため授乳を中止するように書かれています。ごく少量母乳に移行し、その程度の量が果たして乳児に作用するのか確かめられることなく、事なかれ主義的に同じ文言が入っていることは大変残念で、このためお母さんが病気になったとき十分な治療を受けられなかったり、赤ちゃんが嫌いな粉ミルクを飲まされている不幸が国中で起こっています。

飲んだ薬が母乳に入るまでの流れを考え

### 妊娠と予防接種

こちららも薬同様に、安全であるという保証がないためほとんどのワクチンの能書きに「妊娠中は接種を控えること」と、書かれています。しかし2009年のH1N1新型インフルエンザ騒ぎの時は、手のひらを返したように、妊婦さんへ優先接種されました。

現在明らかと考えられていることは、以下のようです。

①風疹の生ワクチンは、先天性風疹症候群を起こすなどの可能性があるため、接種を控えること。（麻疹、流行性耳下腺炎、水痘などの生ワクチンも同様に控えましょう。）

またこれらの生ワクチンは、接種後4週以上（風疹、水痘は8週以上）避妊をすること。

恐れがあるため、メサラジン（ペンタサなど）やサラゾピリンは継続すべきとされています。レミケードなどの抗TNF-α抗体も理論的にはほぼ安全と考えられています。ステロイドは状況によって使用します。他の免疫抑制剤は原則禁止です。

### 関節リウマチ

治療の中心となっている、MTX（リウマトレックス）などの免疫抑制剤は催奇形性があるため、妊娠中の禁止薬剤に入っていますし、NSAIDsは一部も禁止されています。サラゾピリンは妊娠中も継続可能で、レミケードやヒュミラなどの抗TNF-α抗体も妊娠に影響しないと考えられています。

てみましょう。胃に入った錠剤は溶けて、薬によってその一部からほとんどが吸収されます。吸収された薬、血液に入って薄まり、数リットル～数十リットルに1錠の濃度になります。そして概ね数時間のうちに肝臓で分解されたり尿へ排出され、検出できない濃度に薄まります。この過程で母乳は、血液の一部を用いて生産されますが、血液から母乳へ出る時点でさらに薄まるため、乳児の体内では母体の血中濃度よりずっと低くなる

②不活化ワクチンは特に接種によって感染・発症の危険は無いが、必要なもの以外は避ける。

③インフルエンザワクチンは妊婦は重症化する可能性が高まるので、接種をしたほうがよい。

実際的に、妊婦さんが予防接種を受けるのはインフルエンザに限られます。一般的なインフルエンザワクチンでも問題ありませんが、防腐剤の全く入っていないものも生産されています。また、妊娠を希望されている方は①、②を覚えておきましょう。その他、配偶者がB型肝炎ウイルスのキャリアの場合、B型肝炎ワクチンを接種します。2回目と3回目の間に半年から1年ほどの空くため、この間に妊娠する可能性があります。このワクチンは③に該当するため、基本的に胎児