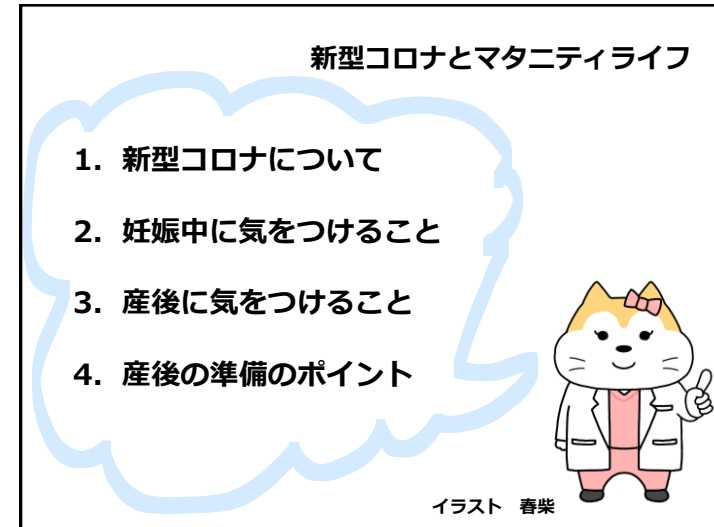




新型コロナウイルスとは

うつり方

- ①飛沫感染
- ②エアロゾル(特殊な空気感染)
- ③接触感染

大きさ
100ナノメートル



イラスト：コロナウイルスの拡散を防ぐ7つのポイント WHO神戸

日本の妊婦さんの状況

・新型コロナウイルスが陽性になった方	72名
・症状があった方	81% 58名
・発熱があった方	71% 41名
・亡くなった方	0人
・赤ちゃんへの感染報告	0人

2020年6月末の報告 日本産婦人科医会 9月17日

妊婦さん&産後ママと新型コロナ

- ・ 特別に感染しやすくはない
- もし感染してしまったとしても
- ・ 赤ちゃんの奇形リスクの報告はない
- ・ 母乳で感染したという報告はない

10月9日時点での情報

妊婦さん&産後ママと新型コロナ

- ・ 特別に感染しやすくはない
- もし感染してしまったとしても
- ・ 赤ちゃんの奇形リスクの報告はない
- ・ 母乳で感染したという報告はない

手洗い+ 3密を避ける

10月9日時点での情報

重症の注意が必要な方

- 持病がある方
高血圧
糖尿病
- 肥満の方
- 妊娠後期の方（妊娠28週以降）

Allotey J et al. BMJ 2020; 370:m3320.

もし感染/検査陽性になった場合

1. 症状がなければ経過観察
2. お産が近い場合
→ 状況によって帝王切開術を相談
3. 赤ちゃんに感染した例はかなり少ない
(100人中3~4人以下)*
4. 授乳をどうするかを相談します

*Kotlyar AM et al. Am J Obstet Gynecol 2020.

*Walker KF et al. BJOG 2020; 127:1324.

新型コロナとマタニティライフ

1. 新型コロナについて
2. 妊娠中に気をつけること
3. 産後に気をつけること
4. 産後の準備のポイント



イラスト 春柴

新型コロナウイルス
感染防止のお願い

ダメ、3密

nekodea

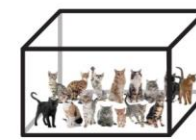
密閉×

換気の悪い空間



密集×

室内で手の届く距離に多くの人



密接×

近距離での会話や発声



<https://nekodea.com/newcoronavirus/>

感染ルートに注意しよう①



1番注意が必要なもの

- ・咳・くしゃみ
- ・ツバ

飛沫感染

【対策】

- ① 2mはなれる
- ② マスクをつける



坂本史衣先生 聖路加国際病院

感染ルートに注意しよう②



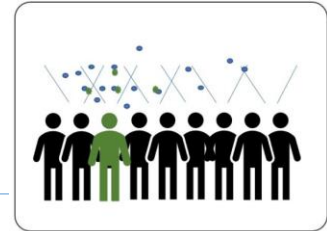
【注意が必要なもの】

- ・密閉空間
- ・換気の悪い部屋

特殊な空気感染

【対策】

- ① 窓を開ける
- ② 空気の流れをつくる



坂本史衣先生 聖路加国際病院

感染ルートに注意しよう③



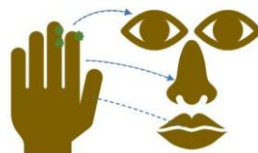
【注意が必要なもの】

- ・いろんな人が触る場所
- ・トイレ・手すり・ドアノブ

接触感染

【対策】

- ① 手をこまめに洗う
- ② アルコール消毒する



坂本史衣先生 聖路加国際病院

新型コロナウイルスの弱点

自分で勝手に増殖できない

タンパク質のトゲ
脂質の膜に
おおわれている



写真：コロナウイルスの拡散を防ぐ7つのポイント WHO神戸

コロナは**アルコール**や**石けん**に弱い



コロナウイルスの拡散を防ぐ7つのポイント WHO神戸

新型コロナの消毒法

主な用途

石けん・ハンドソープによる手洗い

手指

アルコール (60%以上95%以下)

手指
物品

熱水

物品

塩素系漂白剤等

(次亜塩素酸ナトリウム 0.05%以上)

物品

経済産業省7月6日 https://www.meti.go.jp/covid-19/pdf/shodoku_jokin.pdf

新型コロナの消毒法

次亜塩素酸水 (注1)

物品

拭き掃除に使うとき

▶ 有効塩素濃度80ppm (=0.008%) 以上のもの (注2)

※ジクロロイソシアヌル酸ナトリウムを水に溶かしたものは100ppm以上
※その他の製法によるものは、製法によらず、必要な有効塩素濃度は同じ
※元の汚れがひどい場合は200ppm以上が望ましい

流水で掛け流すとき

▶ 有効塩素濃度35ppm (=0.0035%) 以上のもの

経済産業省7月6日 https://www.meti.go.jp/covid-19/pdf/shodoku_jokin.pdf

妊娠中&産後と うがい薬

- ・ 長期にずっとヨードを使っていると、赤ちゃんの甲状腺の異常のリスクがある

国立成育医療センター

- ・ 甲状腺機能の異常がある方も使用注意

日本甲状腺学会 日本内分泌学会 2020

【働く妊婦さん】母性管理連絡カード

感染予防として

①在宅勤務 ②休業 ③時短勤務など
(ただし給与の扱いは会社と相談)

- ・かかりつけ産婦人科医/助産師に相談を
- ・厚生労働省から適用会社へ補助金あり



新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 対策

～妊婦の方々へ～



感染が妊娠に与える影響

現時点では、妊娠後期に新型コロナウイルスに感染したとしても、経過や重症度は妊娠していない方と変わらないとされています。胎児のウイルス感染症例が海外で報告されていますが、胎児の異常や死産、流産を起こしやすいという報告はありません。したがって、妊娠中でも過度な心配はいりません。

日頃の感染予防

一般的に、妊婦の方が肺炎にかかった場合には、重症化する可能性があります。人混みを避ける、こまめに手を洗うなど日頃の健康管理を徹底してください。
①密閉空間、②密集場所、③密接場面、という3つの「密」が同時に重なるような場所を避けてください。

働き方

働いている方は、ご自身の体調なども踏まえ、時差通勤やテレワークの活用、休暇の取得などについて、勤務先とご相談ください。



発熱(2日以上)・息苦しい・強いだるさ

<電話で相談>

1. かかりつけの産婦人科へ
2. 帰国者・接触者相談センター
3. 救急センター
発熱外来



新型コロナウイルスに関する帰国者・接触者相談センター

令和2年7月31日時点版

各都道府県が公表している。帰国者・接触者相談
あります [NEW]

北海道 青森県 岩手県 宮城県 秋田県 山形県 福島県
茨城県 栃木県 群馬県 埼玉県 千葉県 東京都 神奈川県
新潟県 富山県 石川県 福井県 山梨県 長野県
岐阜県 静岡県 愛知県 三重県
滋賀県 京都府 大阪府 兵庫県 奈良県 和歌山県
徳島県 香川県 岡山県 広島県 山口県
福岡県 佐賀県 長崎県 熊本県 大分県
宮崎県 鹿児島県 沖縄県



もっと詳しく知りたい方へ

日本婦人科感染症学会

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) について
妊娠中ならびに妊娠を希望される方へ (2020/08/26 更新)



<http://jsidog.kenkyuukai.jp/information/index.asp>

日本産婦人科感染症学会
令和2年2月1日 第1版
令和2年2月12日 第2版
令和2年2月13日 第3版
令和2年2月15日 第4版
令和2年2月18日 第5版
令和2年2月27日 第6版
令和2年3月16日 第7版
令和2年3月31日 第8版
令和2年4月16日 第9版
令和2年5月24日 第10版
令和2年8月26日 第11版

新型コロナとマタニティライフ

1. 新型コロナについて
2. 妊娠中に気をつけること
3. 産後に気をつけること
4. 産後の準備のポイント



イラスト 春柴

子どもさんへの情報

小児科学会

- ・ 子どもは感染したとしても軽症が多い
- ・ 感染に注意して外出や遊びをしよう
- ・ 遊ぶことは、心身の発達にとっても重要
- ・ 2才以下の子はマスクをつけるのは難しい
- ・ 予防接種や乳幼児健診はいつもどおりに受けましょう



Image: photo AC

注意が必要な方

小児科学会

- ・ 心臓や肺などにご病気をもっているお子さま
- ・ 2才以下のお子さま
- ・ 発熱に下痢・腹痛・ブツブツなどが出てきた場合

新型コロナウイルス感染症に関するQ&Aについて



2020年2月14日
更新：2020年2月28日（3月16日項目追加）
更新：2020年3月24日
更新：2020年4月20日
更新：2020年5月13日
更新：2020年8月27日
日本小児科学会 予防接種・感染症対策委員会

感染のリスクが少ない遊び方

1. 野外や換気ができている部屋で遊ぶ
2. 室内で遊ぶときは1時間に1回は換気
3. 帰宅時や食事前に石けんで手洗い
4. 体調が悪いときは家で休む



授乳中の薬について

多くの薬は授乳中でも飲めます

＜注意が必要な薬＞

- ・てんかんの薬
- ・うつ薬
- ・抗不安薬
- ・医療用麻薬
- ・抗がん剤



「授乳 (じゅにゅう) 薬」で調べる

「授乳(じゅにゅう) 薬」で調べる

授乳中に安全に使用できると考えられる薬 -

抗ヒスタミン薬（抗アレルギー薬） ▶ 授乳中の薬Q&A

成分名	代表的な商品名
ジフェンヒドラミン	ベナ、トラベルミン
デスロラタジン	デザレックス
フェキソフェナジン	アレグラ
ロラタジン	クラリチン

抗リウマチ薬

成分名	代表的な商品名
アダリムマブ	ヒュミラ
インフリキシマブ	レミケード
エタネルセプト	エンブレル
セルトリズマブペゴル	シムジア

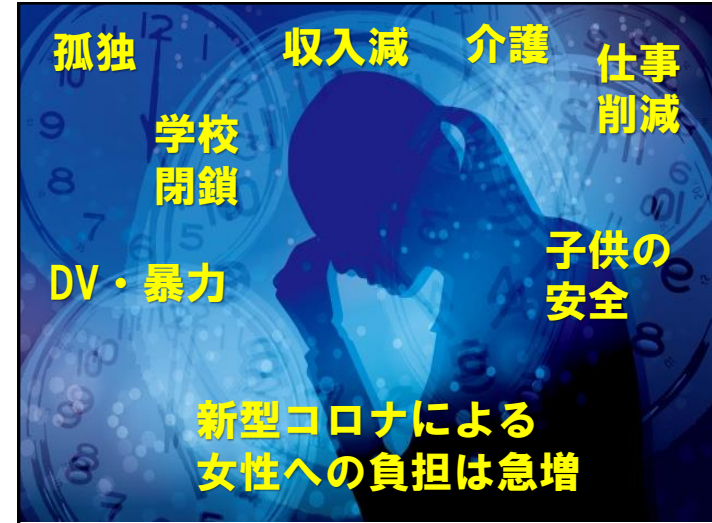
国立成育医療研究センターHP

新型コロナとマタニティライフ

1. 新型コロナについて
2. 妊娠中に気をつけること
3. 産後に気をつけること
4. 産後の準備のポイント



イラスト 春柴



産後は **がんばりすぎない**が大事

症状や感じ方は個人差がある

辛いときは頼っていい

お母さんの身体が1番大切

今から準備しておくこと

1. お母さんが休める方法
2. お母さんが体調が悪くなった時のサポート体制
3. 近くの小児科
4. 困ったときの相談窓口



新型コロナとマタニティライフ

1. 新型コロナについて
2. 妊娠中に気をつけること
3. 産後に気をつけること
4. 産後の準備のポイント



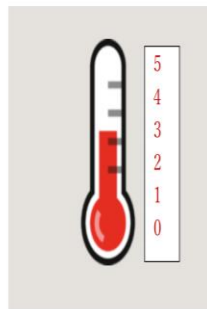
イラスト 春柴

【参考資料】

困ったときの相談窓口の例

イライラ は心の黄色信号

ご自身の苛立ちを心の中の感情温度計をイメージして自覚すると冷静に対応できます。



- | | |
|----------|----------------------------|
| 5 切れる | 誰かを頼りましょう |
| 4 切れる間近 | 危険ではないことを確認して部屋を出るなど試みましょう |
| 3 著明な苛立ち | 子どもと距離をとりましょう |
| 2 中等度苛立ち | リラクセーションを使いましょう |
| 1 少し苛立ち | 自覚しましょう |
| 0 安定 | |

作成：公益社団法人日本小児科学会 一般社団法人日本子ども虐待防止学会
一般社団法人日本子ども虐待医学会

相談する



新型コロナウイルス感染症関連 SNS心の相談

受付時間 平日：18時～21時30分
土日祝日：14時～21時30分

利用規約をご確認ください

「新型コロナウイルス感染症関連SNS心の相談」ご利用にあたって

ご相談の前に、以下の内容を必ずお読みください。
ご納得いただいたうえで、相談を始めていただきますようお願いいたします。

<https://lifelinksns.net/>

相談する

プラス

DV相談+

DVのお悩み、
ひとりで抱えていませんか？

あなたが配偶者やパートナーから受けている様々な暴力（DV）について、専門の相談員と一緒に考えます。
「これってDVかな？」「暴力を振るわれている」「今すぐパートナーから逃げたいけどどうしたらいいの？」「自分だけでなく子どもたちのことも心配」など、どんなご相談もお気軽にご連絡ください。

なお、「DV相談ナビ」（0570-0-55210〈ここにでんわ〉）でも相談を受け付けています。最寄りの配偶者暴力相談支援センターにつながります。
お急ぎの相談については、こちらにご連絡ください。

電話・メール 24時間受付
チャット相談 12:00～22:00

電話 24時間受付 **0120-279-889**

メール 24時間受付
ここをクリック！

チャット 受付 12:00～22:00
チャットはこちら

※スマートフォンからは右のQRコードよりご利用ください



- ☒ 専門の相談員が対応
- ☒ 面談、同行支援などの直接支援も実施
- ☒ 安全な居場所も提供
- ☒ 24時間電話対応
- ☒ 10か国語対応

<https://soudanplus.jp/>

相談する

 **ヨリソいホットライン**

DV、性暴力など女性の相談

女性支援専門ライン

フリーダイヤル つなぐ ささえる



0120-279-338

3

DV、性暴力など女性の相談

ガイドランスが流れたら、3を押してください。女性支援専門ラインにつながります。

<https://www.since2011.net/yoriso/n3/>

相談する

児童虐待 相談窓口

こんなときはすぐにお電話ください！

あの子、
もしかしたら
虐待を受けているの
かも...

子育てが辛くて
つい子どもに
あたってしまう...

パパがママを殴ったと
近所の子が
言っている...

児童相談所
虐待対応ダイヤル

189

いちはやく

通告・相談は、匿名で行うこともでき、
通告・相談した人、その内容に関する秘密は守られます。

※一部のIP電話はつながりません。

↓ ↓ ↓

お近くの児童相談所

↓ ↓ ↓

専門家が対応いたします