

安足地区（足利市・佐野市）

妊娠時の生活習慣に関する調査 結果概要

栃木県安足健康福祉センター
足利市（健康増進課）・佐野市（健康増進課）

調査を実施した背景

安足地区(足利市・佐野市)では、平成 19 年から低出生体重児 の出生が増えていることから、平成 23 年度に「母と子どもの健康に関する調査」を実施しました。その結果、「妊婦の喫煙が低出生体重児の出産に影響している可能性があること」、「妊婦の約 5 人に 1 人が妊娠前に『やせ』であること」等が分かりました。

そこで、妊娠中の生活習慣等を把握し、産科医療機関と協力して「効果的で分かりやすい妊娠中のサポート」について検討していくために調査を実施しました。

☞ 低出生体重児とは：出生時の体重が 2500g 未満の児のこと



調査対象・時期

平成 25 年 7 月～10 月に安足地区 2 市で 4 か月児健診を受診した児の母親を対象に聞き取り(足利市)及び自記式(佐野市)で調査しました。2 市合わせて、445 名の母親が対象となり、420 名から回答をいただきました(回収率 94.4%)。

調査に御協力くださった方へ
御協力ありがとうございました。
調査結果を生かして、今後の母子保健相談体制づくりに努めていきます。



主な調査内容

母親の出産時の年齢・妊娠前の体格、児の出生時体重、出生順位、母親等の喫煙・飲酒状況、禁煙・禁酒の理由、喫煙・飲酒・やせの胎児への影響に関する知識等



主な調査結果

この結果は、回答のあった 420 名の母親について集計したものです。

< 母親の属性 >

- ・ 出産時年齢は、30～34 歳が 35.5% (149 名) と最も多く、次いで 25～29 歳が 31.4% (132 名) でした。
- ・ 出産状況は、初産 51.0% (214 名) 経産 49.0% (206 名) とほぼ同様の割合でした。
- ・ 出産週数は、正期産の 37 週以降が 93.6% (393 名) で、32～37 週未満 6.0% (25 名)、32 週未満 0.5% (2 名) でした。
- ・ 妊娠前の体格 (BMI) は、普通 (18.5～25.0 未満) 72.1% (303 名) やせ (18.5 未満) 18.1% (76 名) でした。

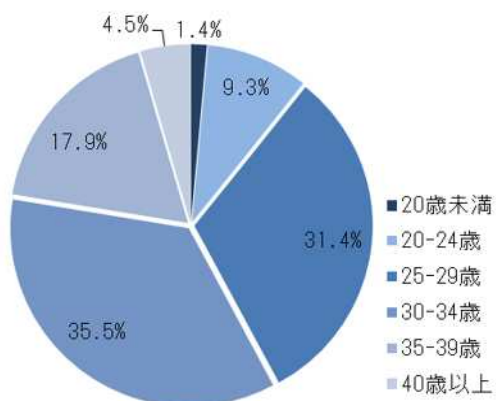


図1 出産時の母親の年齢

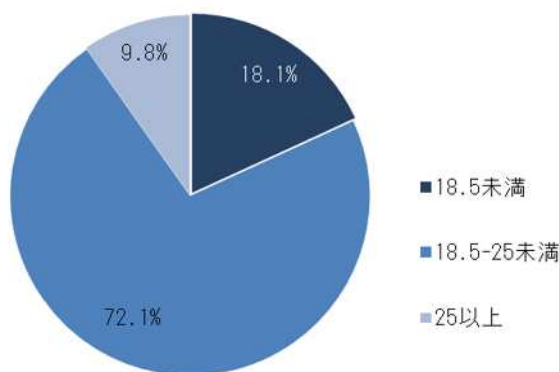


図2 妊娠前の母親の体格 (BMI)

BMI とは：身長と体重から計算される数値で、肥満の判定に用いられます。

計算式

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$



BMI 判定基準：

低体重(やせ)	普通	肥満
18.5 未満	18.5 ~ 25.0 未満	25.0 以上

< 妊婦の生活習慣 >

妊婦の喫煙状況について

- ・ 妊娠前に喫煙していた母親は 26.2% (110 名) で、1.4% (6 名) の母親は妊娠後も喫煙を継続していました。妊娠をきっかけとして禁煙した母親は 24.8% (104 名) で、そのほとんどは妊娠前と妊娠 12 週未満に禁煙していました。

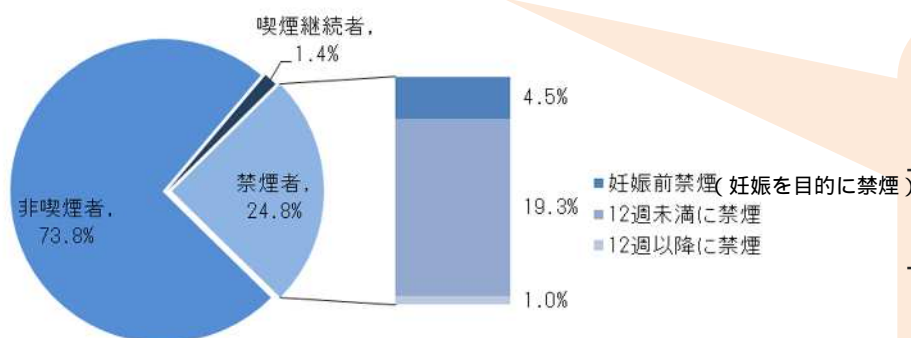


図3 妊娠中の喫煙状況と禁煙時期

< 喫煙継続者 >

妊娠前、妊娠中に喫煙を継続していた母親

< 禁煙者 >

過去に喫煙していたが、妊娠を望んだ段階や妊娠が判明した段階で禁煙した母親

< 非喫煙者 >

喫煙したことがない母親

・禁煙した母親 104 名が、禁煙したきっかけ（複数回答）は「妊娠以前から、妊娠中のたばこの害を知っていた」が最も多い状況でした。

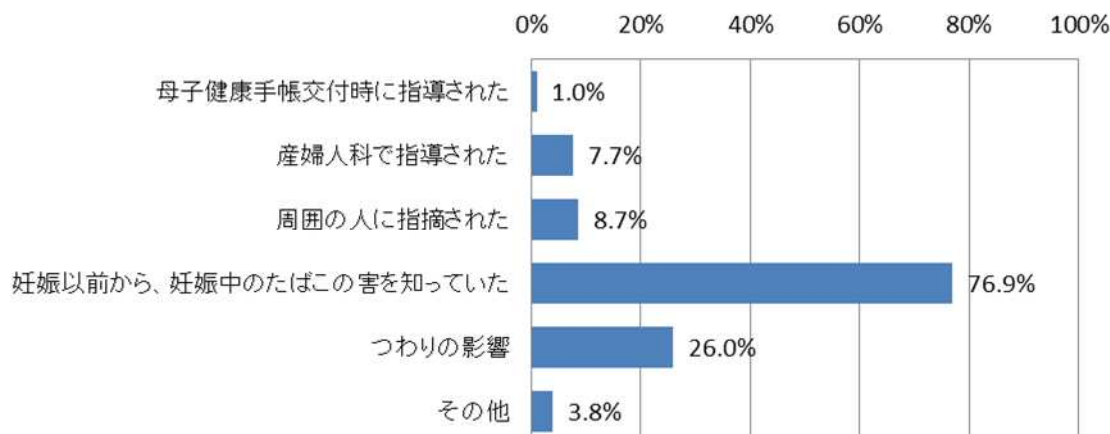


図4 禁煙したきっかけ

・禁煙した母親 104 名のうち、出産後 4 か月までに喫煙を再開した母親は 21.2% (22 名) でした。また、喫煙再開の時期は、妊娠中 1 名、出産後 21 名 (0~2 か月 13 名、3 か月以降 8 名) でした。

同居者の喫煙状況について

・妊娠中に同居していた家族に喫煙者がいた母親は 53.8% (226 名) で、そのうちの約半数が「妊婦の近くで喫煙しないよう配慮してくれた」と回答しました。

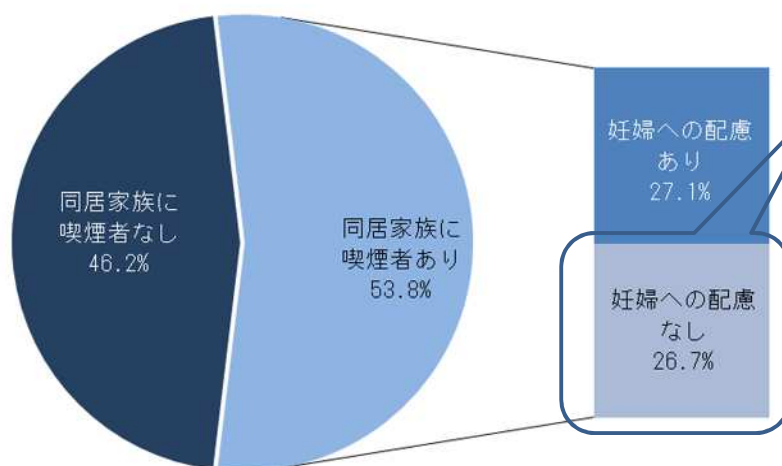


図5 妊娠中の同居者の喫煙割合と妊婦に対する配慮の状況

受動喫煙とは：

自分はタバコを吸わなくても、周囲に吸う人がいると、副流煙を吸ってしまうこと。

！注意！副流煙の方が有害物質が多く含まれます。

受動喫煙の影響

- ・おなかの赤ちゃんが酸欠状態に。
 - ・母親の母乳分泌が悪くなる。
 - ・子どもが呼吸器の病気になりやすい。
 - ・乳幼児突然死症候群の原因に。
- など・・・

家族を守るための配慮が大切です！

妊婦の飲酒状況について

・妊娠前に飲酒していた母親は45.0%（189名）で、1.0%（4名）の母親は妊娠後も飲酒を継続していました。妊娠をきっかけとして禁酒した母親は44.0%（185名）で、そのほとんどは妊娠前と妊娠12週未満に禁酒していました。

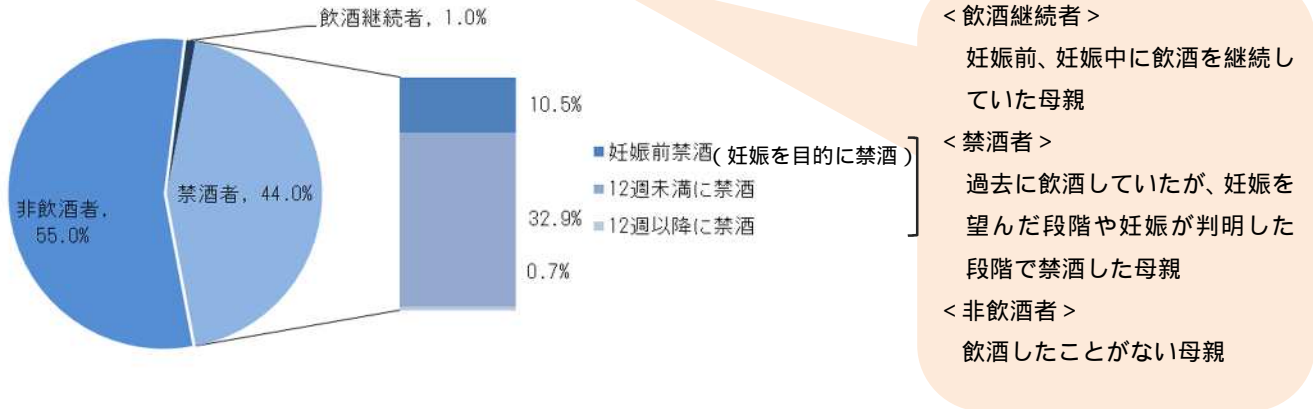


図6 妊娠中の飲酒状況と禁酒時期

・禁酒した母親185名が、禁酒したきっかけ（複数回答）は「妊娠以前から、妊娠中のアルコールの害を知っていた」が最も多い状況でした。

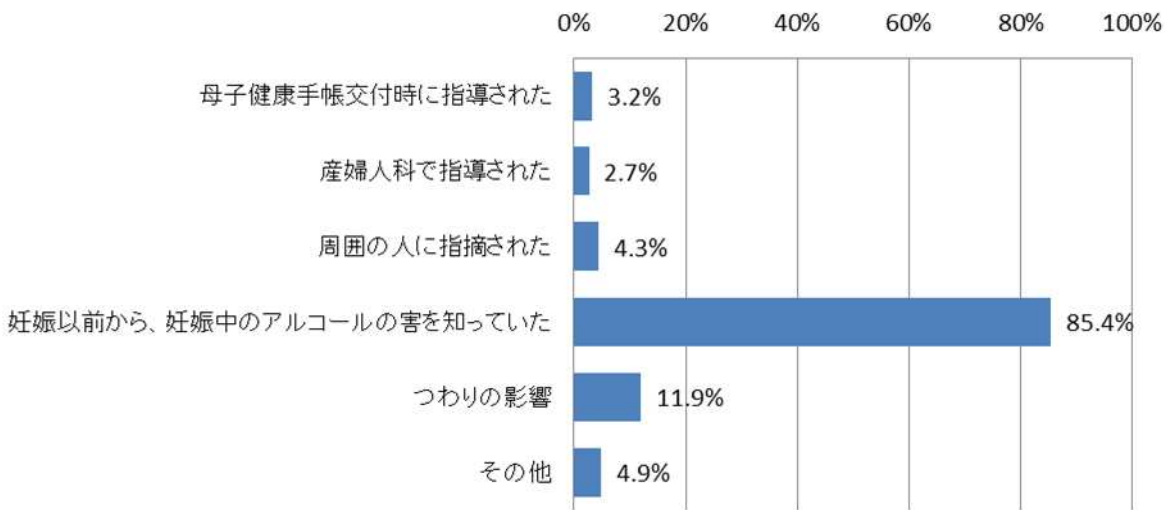


図7 禁酒したきっかけ

・禁酒した母親185名のうち、出産後4か月までに飲酒を再開した母親は18.4%（34名）でした。また、飲酒再開の時期は、妊娠中1名、出産後33名（0～2か月19名、3か月以降21名）でした。

妊婦の生活習慣の胎児等への影響（認知度）について

・妊娠前に、妊娠前や妊娠中の生活習慣がおなかの赤ちゃん（胎児）へ与える影響を知っていた母親の割合は、喫煙 98.3%（413名）、やせ 45.5%（191名）、飲酒 96.9%（407名）でした。また、これらの知識の情報源は、いずれも「TV」、「雑誌」という回答が多い状況でした。

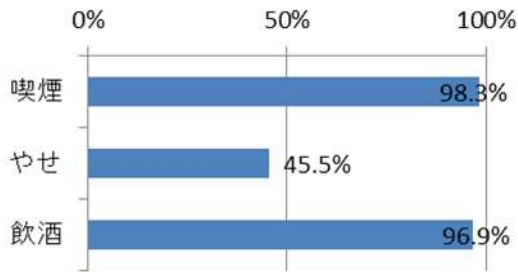


図8 胎児への影響の認知度

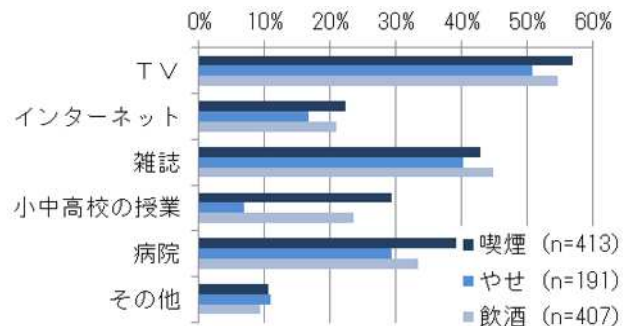


図9 知識の情報源

・妊娠中や出産後の「喫煙」が胎児や子どもへ与える影響を知っていると回答した413名のうち、知っている内容は「流産・早産になりやすい」で80.1%と最も多い状況でした。

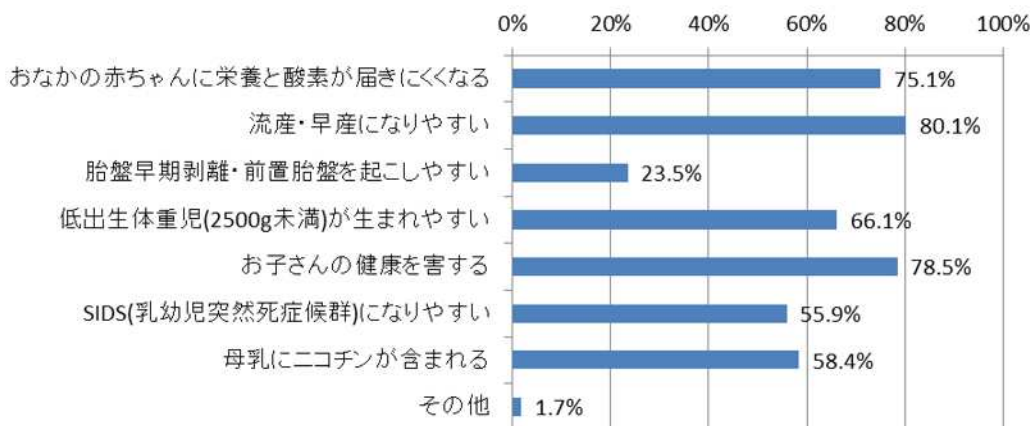


図10 喫煙が胎児等へ与える影響で、知っている内容

・妊娠前の母親の「やせ」が胎児へ与える影響を知っていると回答した191名のうち、知っている内容は「低出生体重児が生まれやすい」で78.0%と最も多い状況でした。

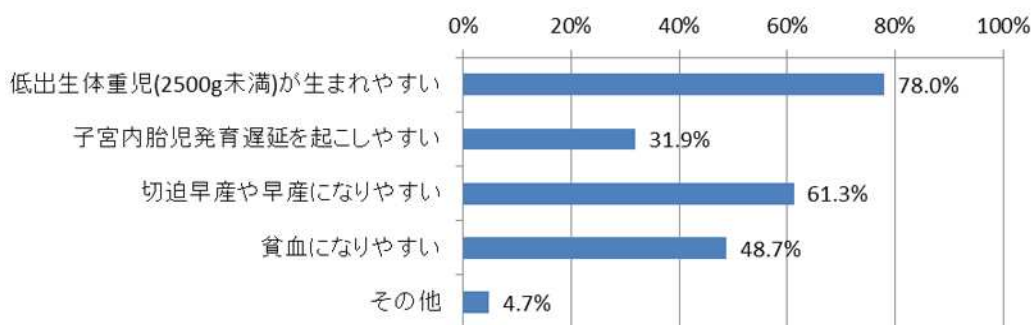


図11 妊娠前の母親のやせが胎児等へ与える影響で、知っている内容

・妊娠中の「飲酒」が胎児へ与える影響を知っていると回答した 407 名のうち、知っている内容は「流産や早産のリスクがあがる」で 76.4%と最も多い状況でした。

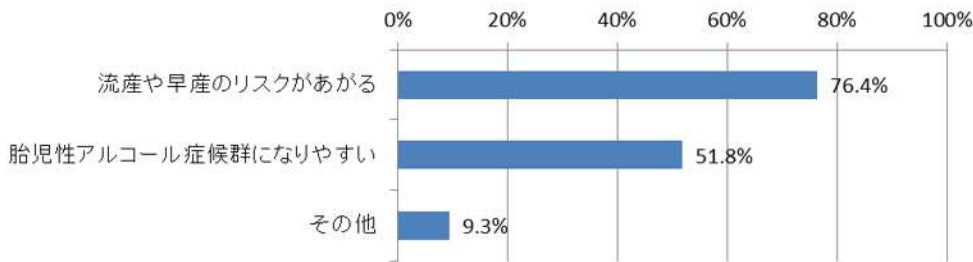


図 1 2 飲酒が胎児等へ与える影響で、知っている内容

今後の取り組み ~ 調査結果から ~

パパやママ、そして将来のパパ・ママたちの
生活習慣の改善を共に進めましょう



妊娠前、妊娠中は多くの母親が「禁煙」、「禁酒」に取り組んでいました。一方で、半数以上の母親は、「同居者に喫煙者がいた」と回答しており、受動喫煙の影響が心配される状況がありました。さらに、「禁煙」をした母親の 5 人に 1 人が出産後 4 か月までに喫煙を再開していました。

ママの禁煙・禁酒をきっかけに、家族も一緒に禁煙・節酒に取り組める環境づくり

ひとりでやるより、みんなでやる方が心強い…。ママに協力して、家族みんなで健康づくりをしてみませんか…。

子どもたちの健康のためにも、禁煙を続けていける習慣づくり

タバコの影響は、おなかの赤ちゃんにだけじゃない…。

一度やめられたことに自信を持って、自分と家族のために禁煙を続けていきましょう。

まだタバコを吸ったことのない将来のパパやママは…喫煙しない生活を続けられる気持ちづくり

喫煙・飲酒・やせが赤ちゃんへ与える影響について、
多くの人に、正しく知っていただけるようご協力ください



妊娠時に、禁煙や禁酒に取り組んだきっかけは、「妊娠以前から、妊娠中のタバコや飲酒の害を知っていた」と回答した母親が最も多い状況でした。また、生活習慣の中で、「やせ」がおなかの赤ちゃんへ与える影響について知っている母親は半数以下でした。

「知ること」から はじめられる 体制づくり

知っていれば、行動するきっかけになるかもしれない…。パパやママ、将来のパパやママたちに、「自分の生活習慣が赤ちゃんへ与える影響」を正しく知ってほしい…。

パパとママ、将来のパパとママたち、そして…子どもたちを見守るみなさんへ

子どもたちの健康のために、まずはパパとママの健康づくりを

子どもたちが笑顔でいるために、まずは大人がみんな笑顔でいられる環境づくりを