

日本における プレコンセプションケア

秋田大学大学院医学系研究科 衛生学・公衆衛生学講座

前田恵理 erimaeda@med.akita-u.ac.jp



利益相反状態の開示

私の今回の演題に関連して、
開示すべき利益相反状態は以下のとおりです

研究費/奨学寄付金

公益財団法人1moreBaby応援団

日本のプレコンセプションケア

2019年10月 プレコンセプションケアを考える会

■ 定義

- 前思春期から生殖可能年齢にあるすべての人々の身体的、心理的、および社会的な健康の保持および増進

■ 目的

- 現在から将来にわたる自らの健康のみならず次世代の健康の保持および増進を図り、国民全体の健康を向上させる



日本のプレコンセプションケア

■ 定義

- 前思春期から生殖可能年齢にある**すべての人々の身体的、心理的、および社会的な健康**の保持および増進

■ 目的

- 現在から将来にわたる**自らの健康のみならず次世代の健康**の保持および増進を図り、**国民全体の健康**を向上させる

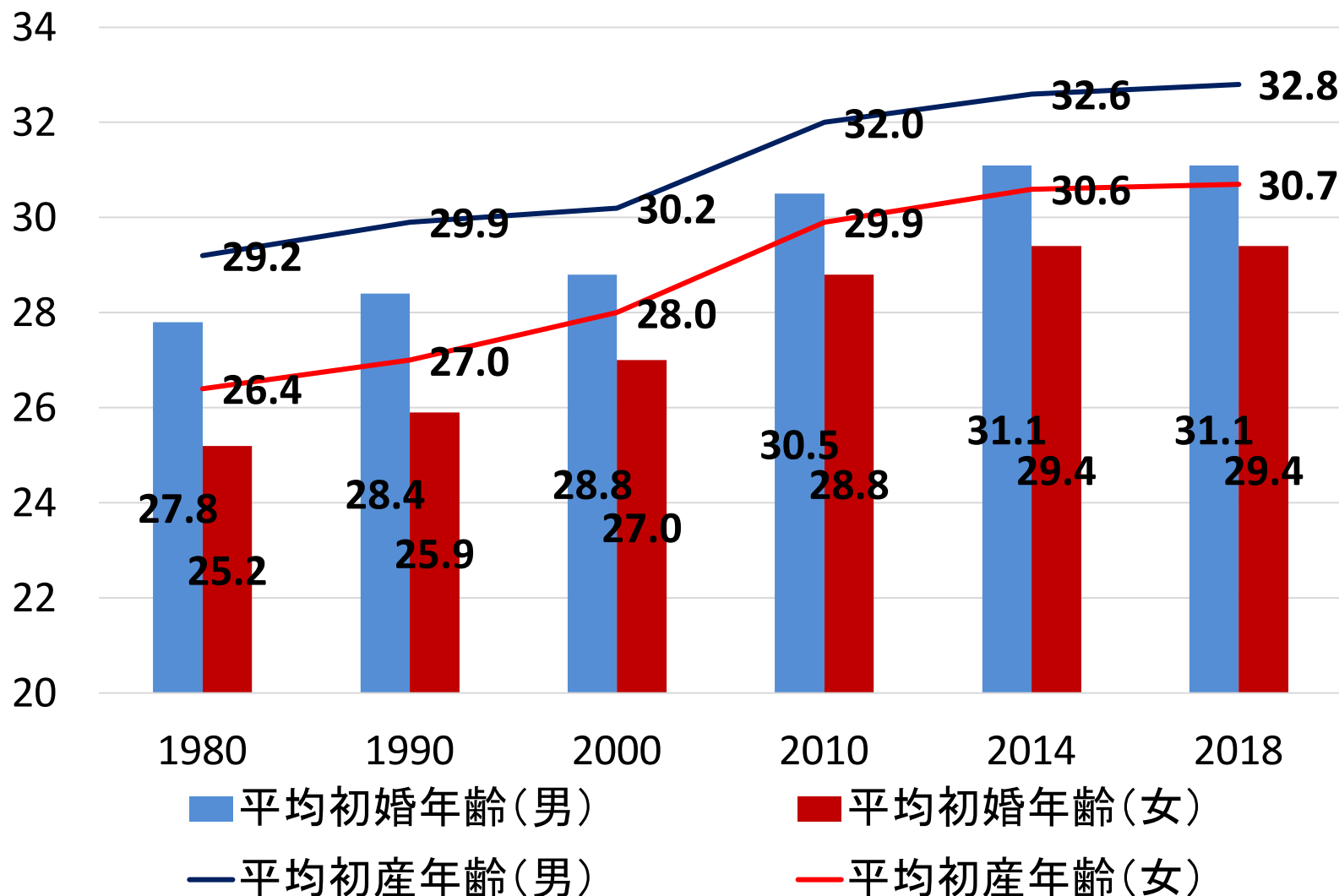


若い世代を広く対象にした包括的な保健医療
2世代以上にわたる国民全体の健康増進

日本のプレコンセプションヘルス

平均初婚年齡と平均初産年齡

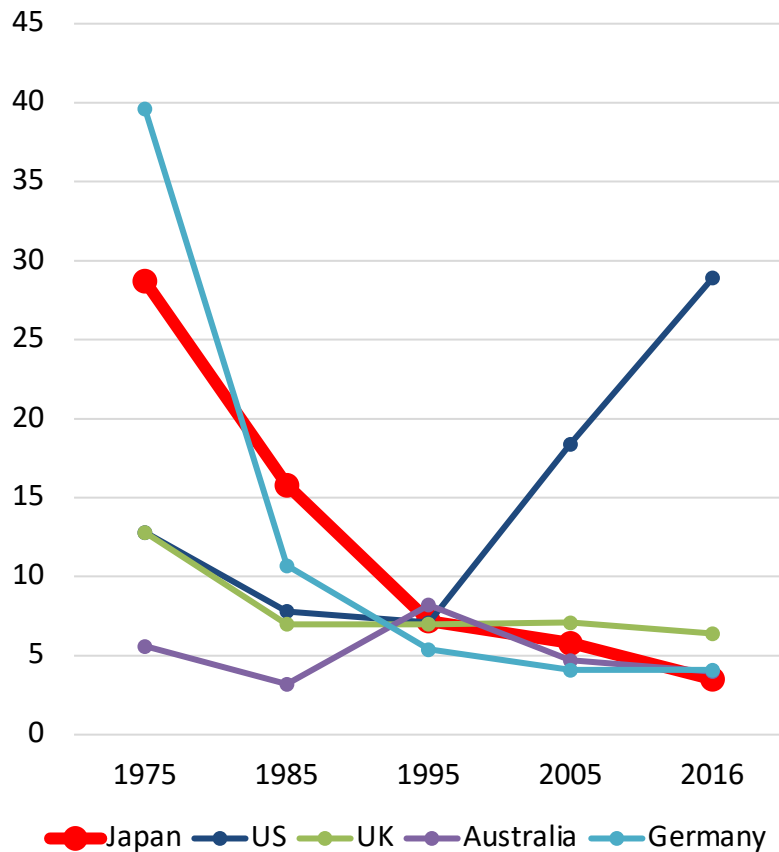
人口動態調査



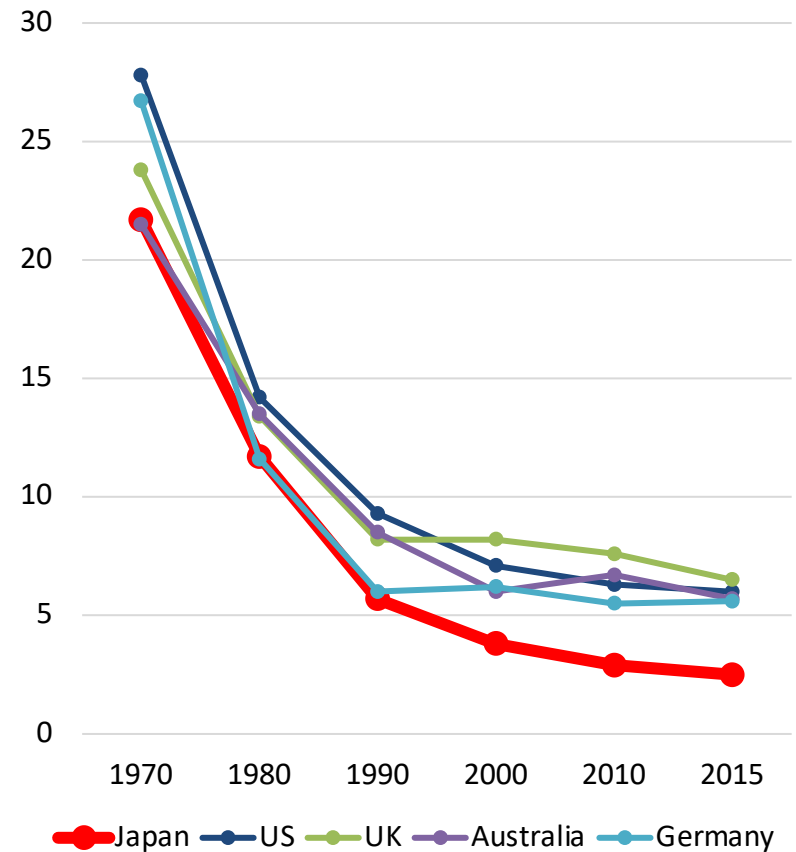
妊産婦死亡率

周産期死亡率

Maternal mortality ratio
per 100 000 live births



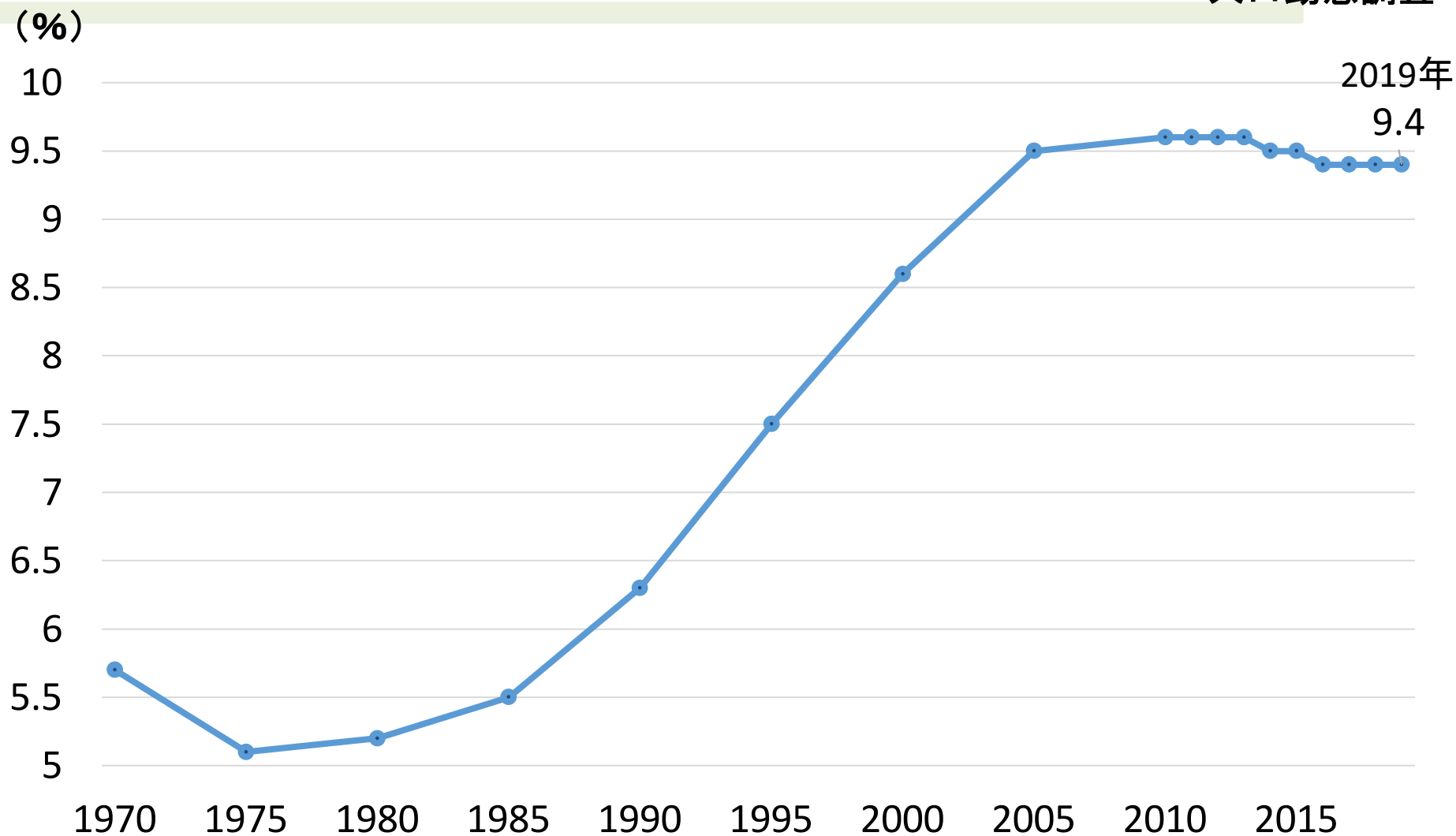
Perinatal mortality rate
per 1000 live births



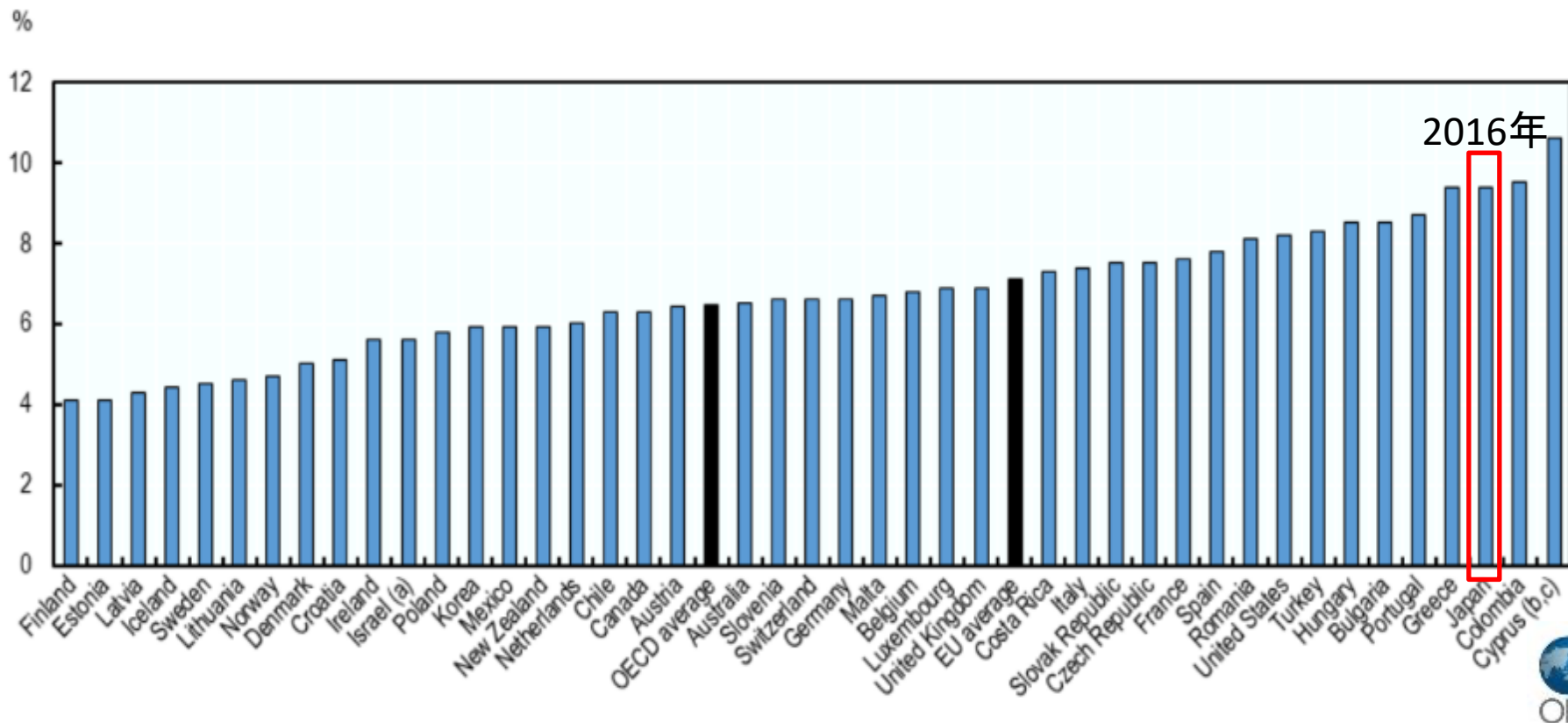
Journal of health and welfare statistics, 2018

2500g未満出生数の割合

人口動態調査

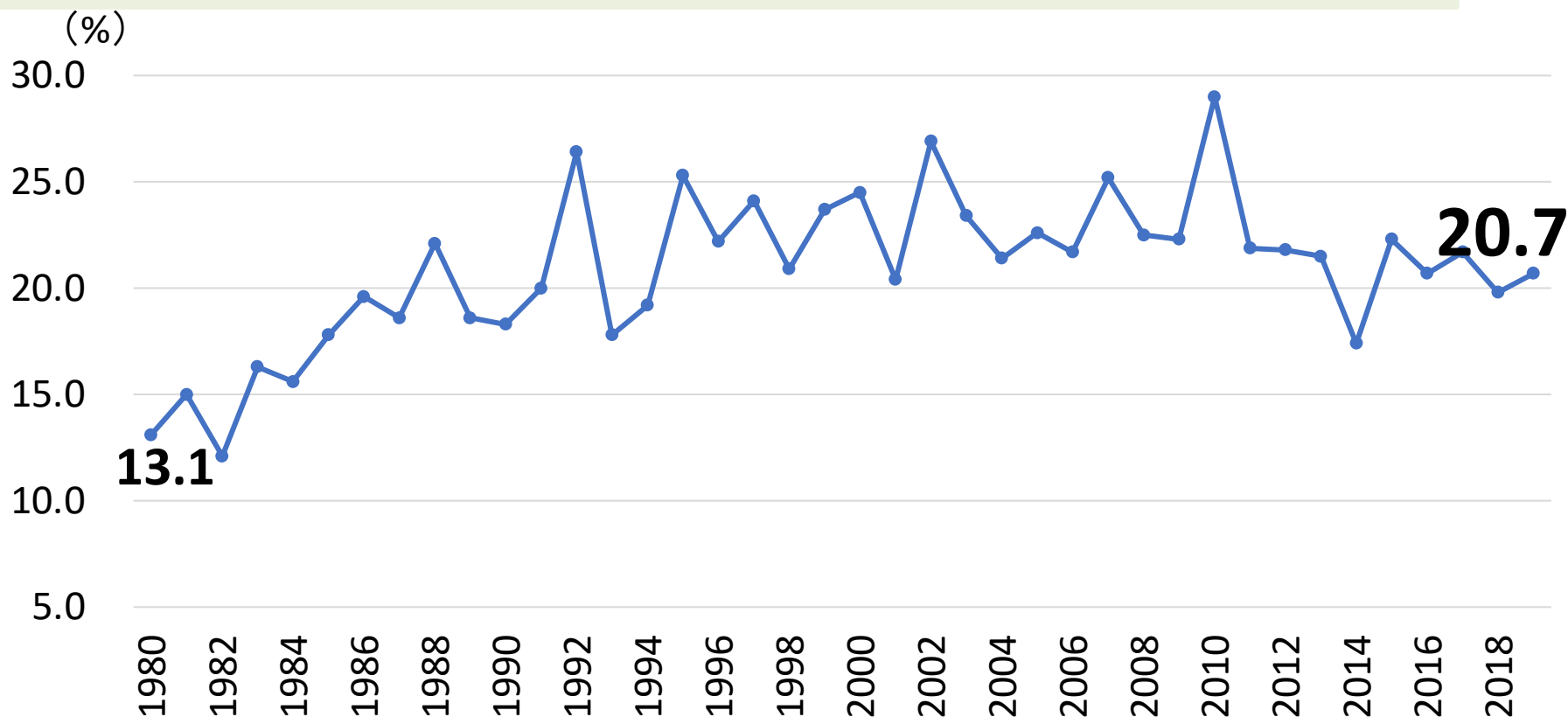


OECD諸国の低出生体重児の割合



日本の周産期医療成績は良好である一方
低出生体重児の割合は極めて高い

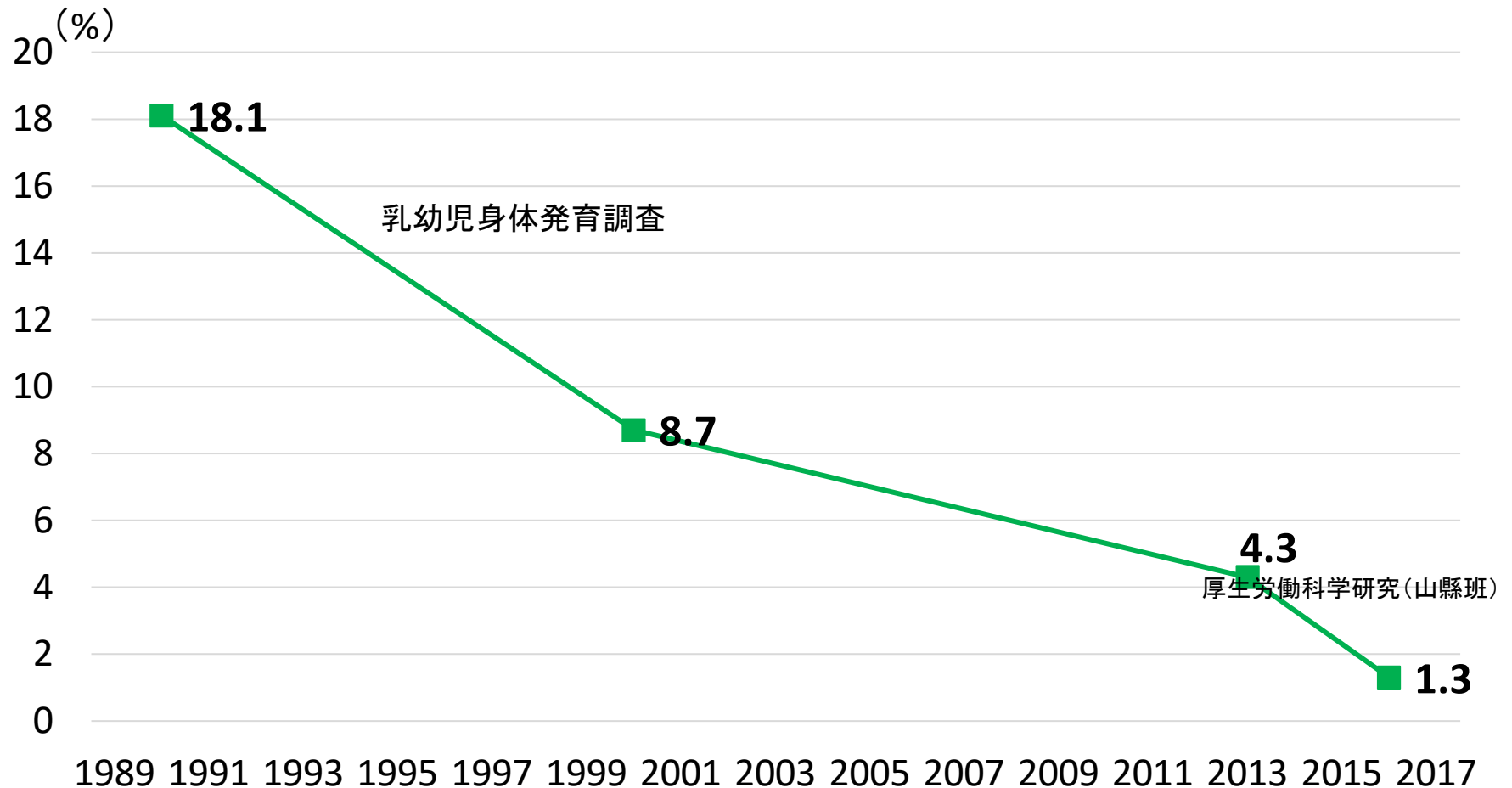
20代女性のやせ (BMI<18.5) 割合



国民健康・栄養調査

低出生体重児の割合 高止まりの要因は複合的
妊娠前やせの予防は最重要課題の一つ

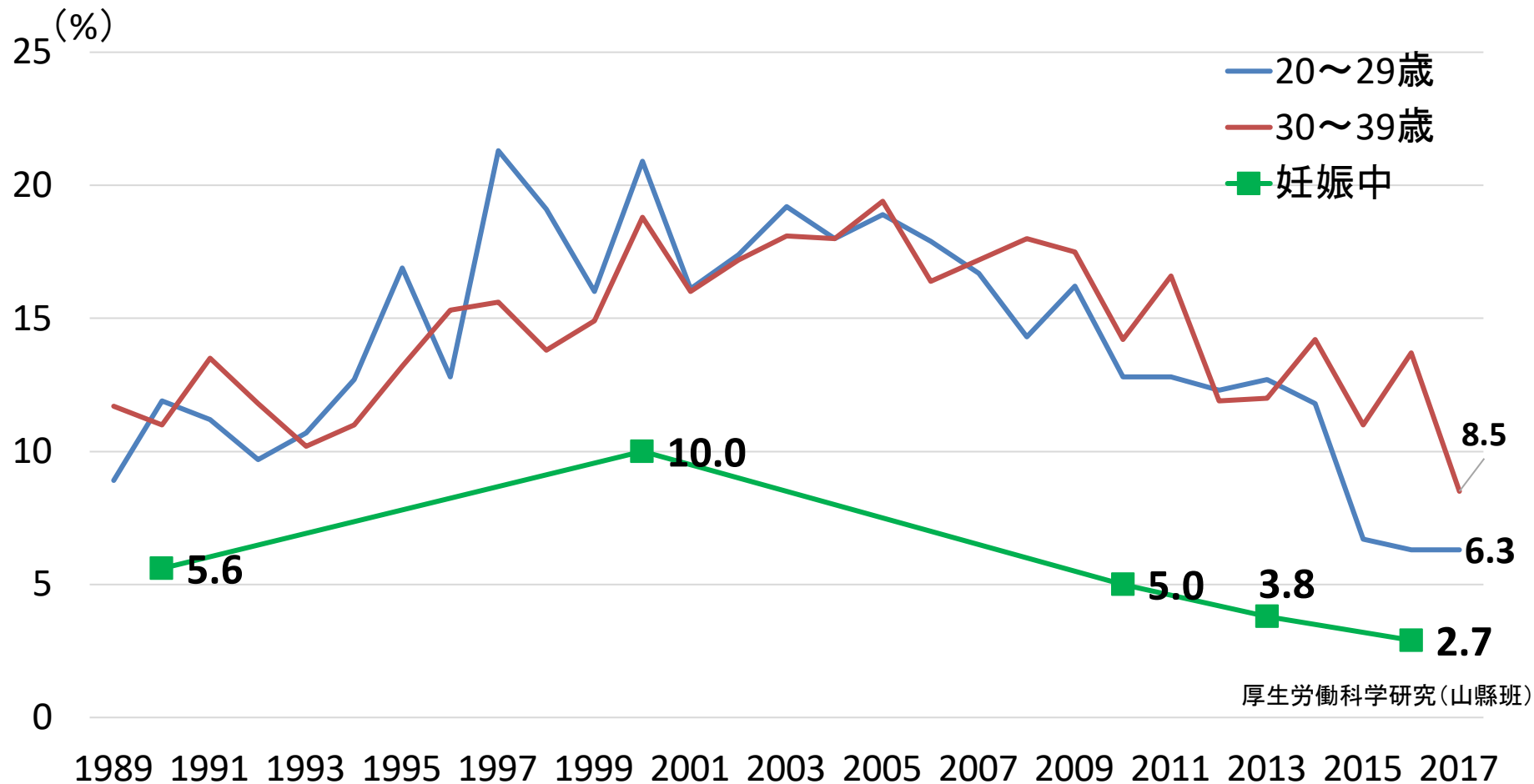
妊娠中の飲酒率



健やか親子21(第2次)目標: 妊娠中の妊婦の飲酒率0%

女性の喫煙率

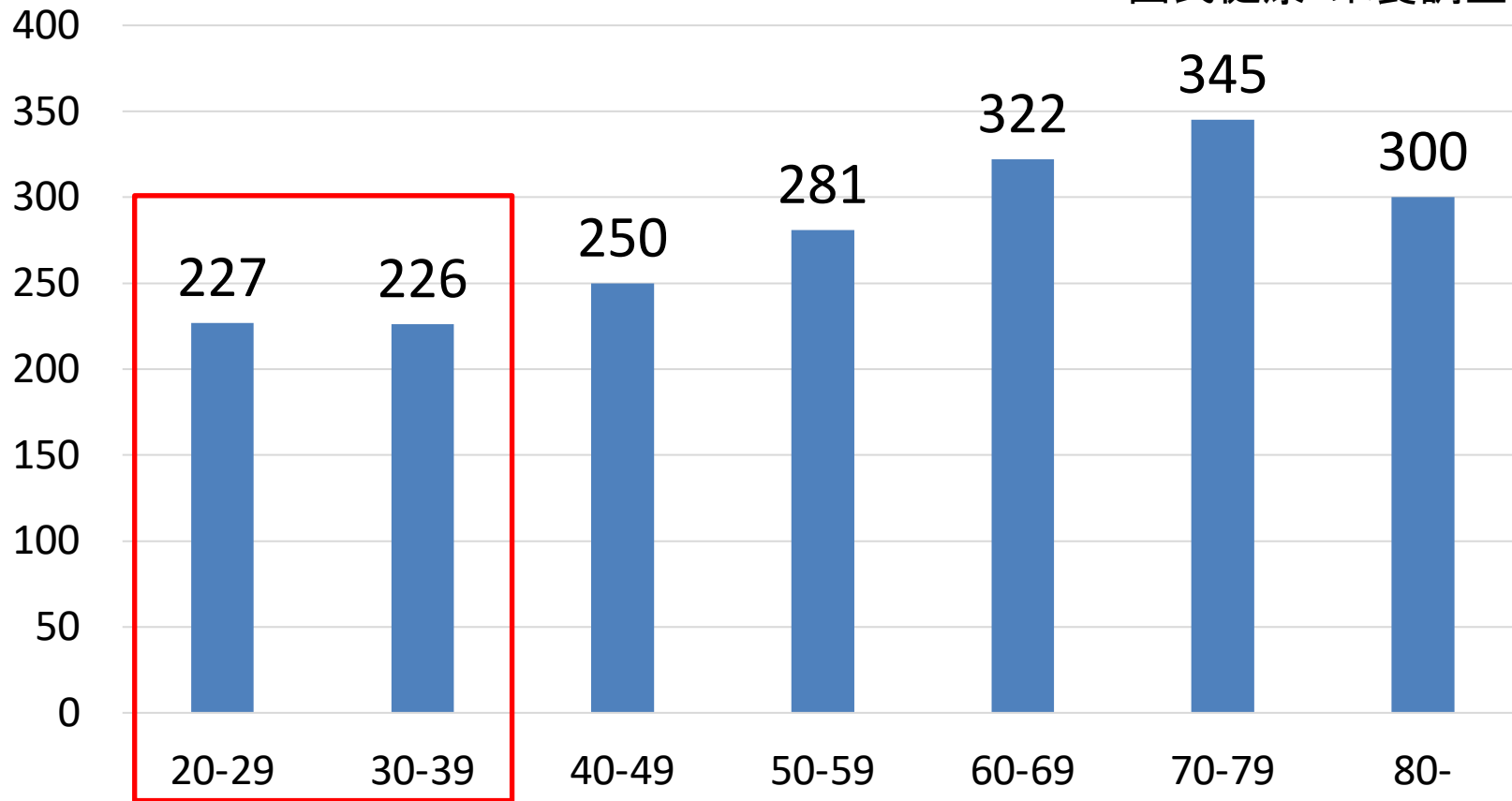
乳幼児身体発育調査
国民健康・栄養調査



健やか親子21(第2次)目標: 妊娠中の妊婦の喫煙率0%

年齢階級別 葉酸摂取量 (平均値, μg)

国民健康・栄養調査2017

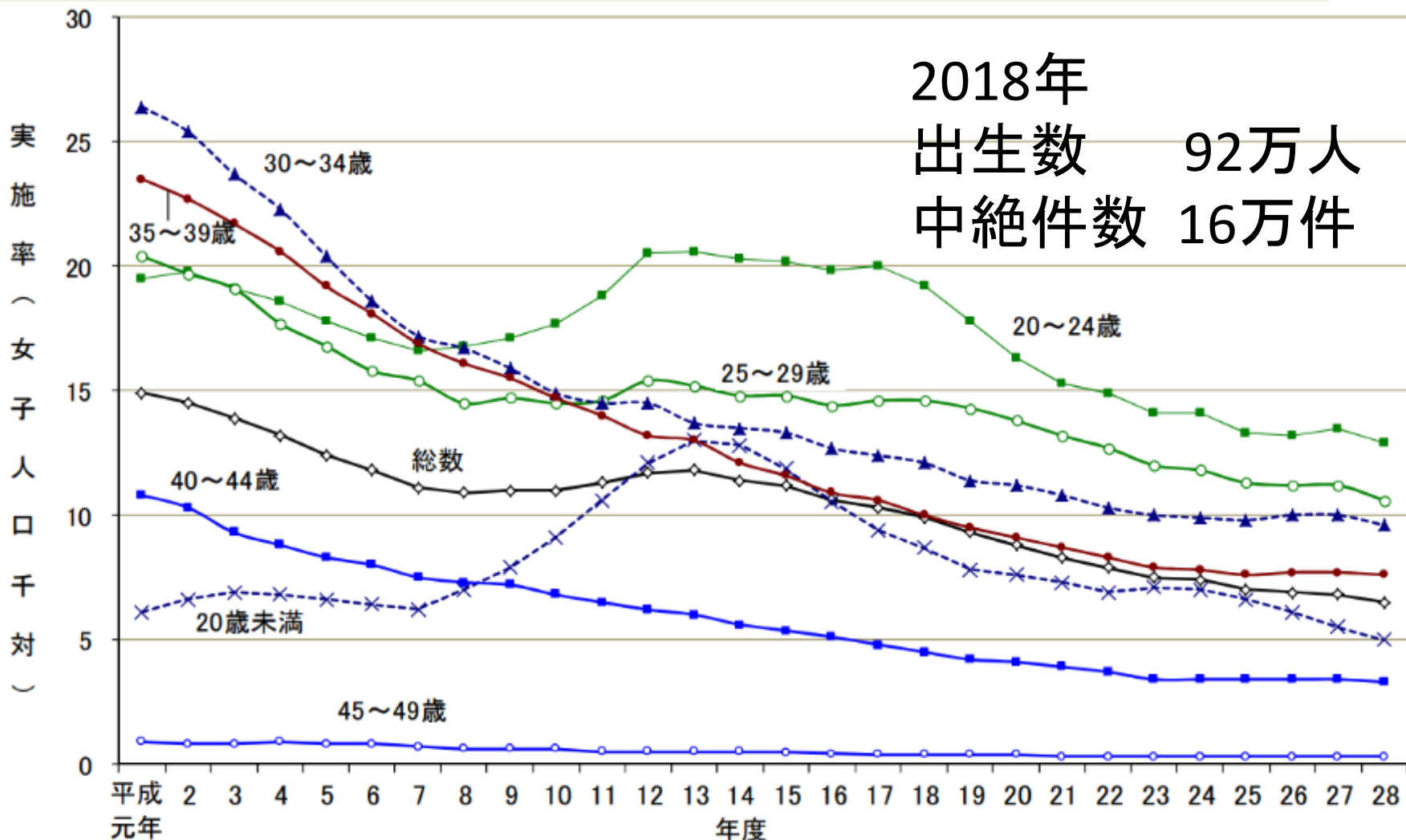


- 若い女性の食事からの葉酸摂取は足りていない
- 妊娠前に適切な葉酸サプリ摂取ができていた妊婦は8%

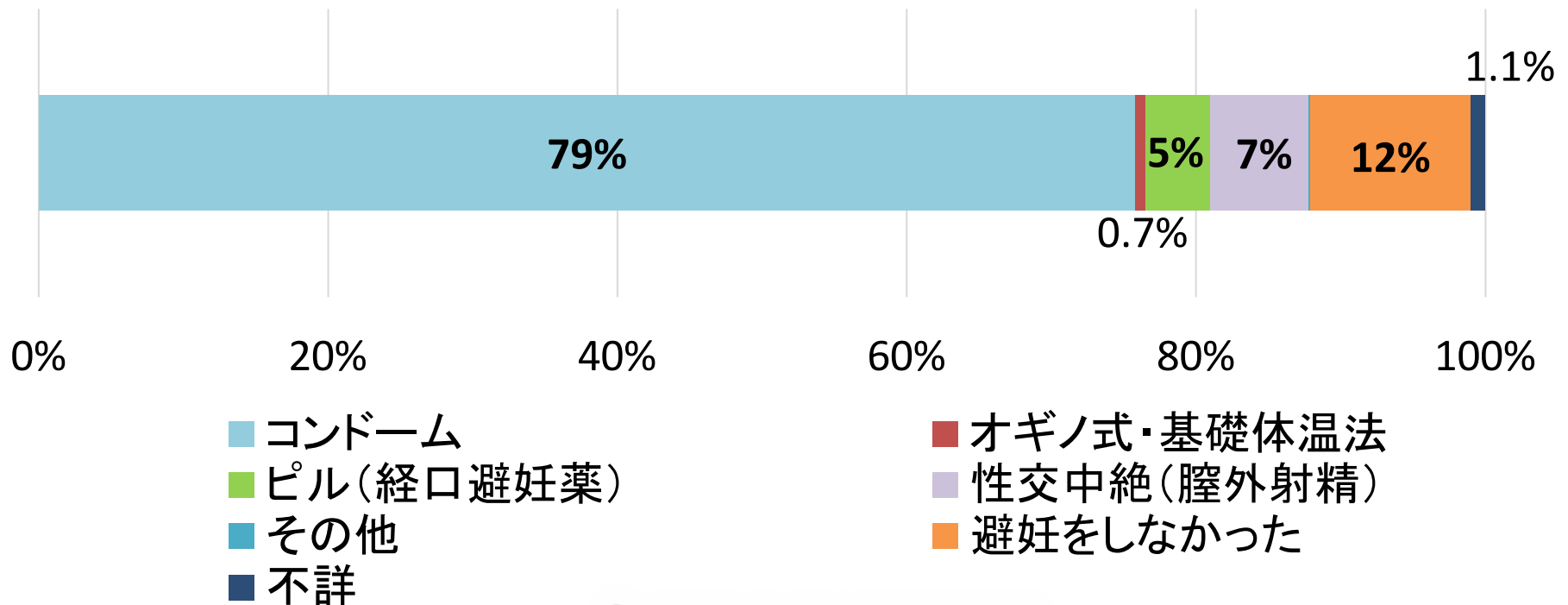
(Ishikawa et al., *J Matern Fetal Neonatal Med.* 2020)

リプロダクティブヘルスの課題は多い

人工妊娠中絶実施率（女子人口千対）



独身者の避妊の実行状況



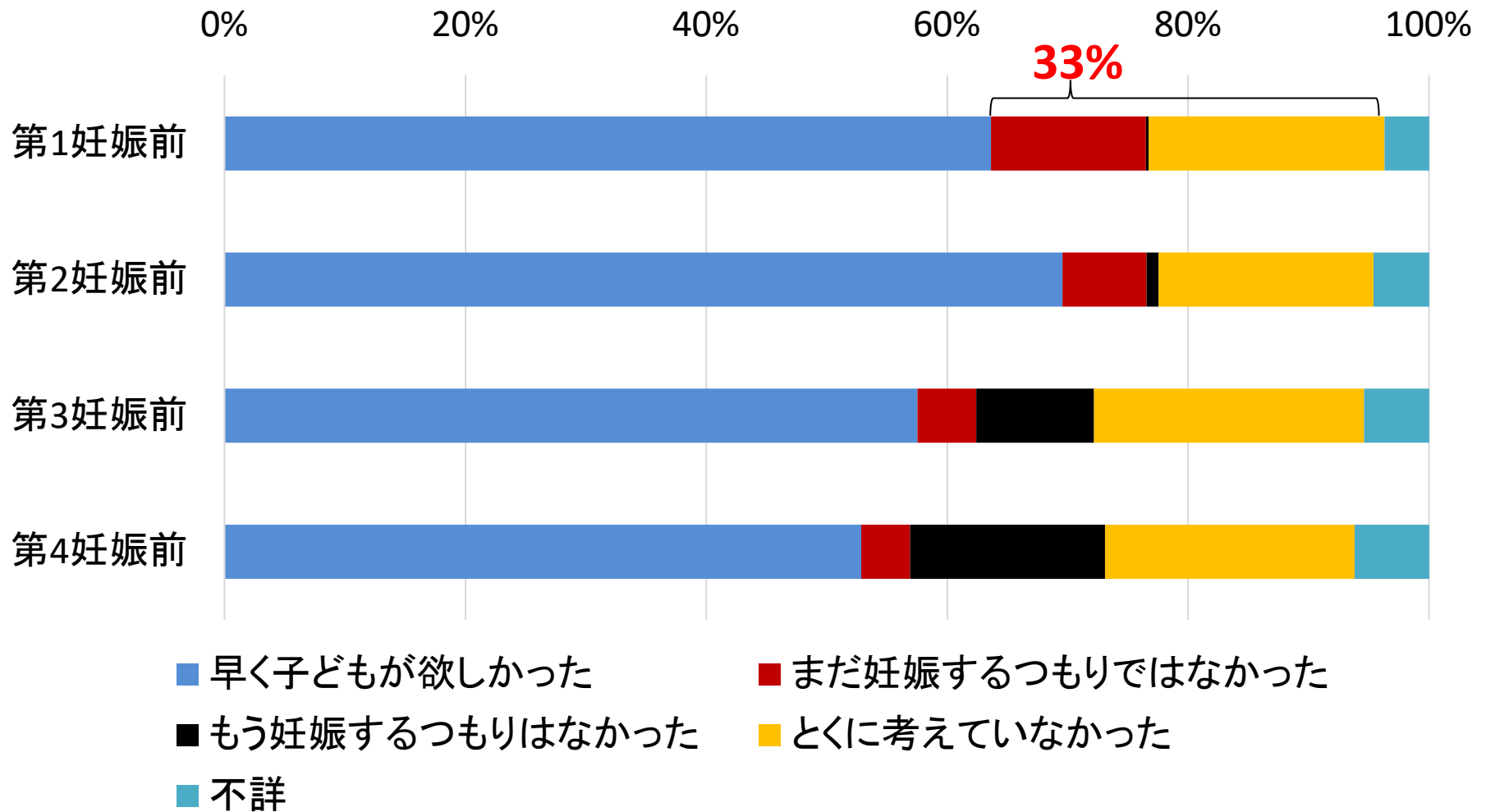
国立社会保障・人口問題研究所
National Institute of Population and Social Security Research

第15回出生動向基本調査

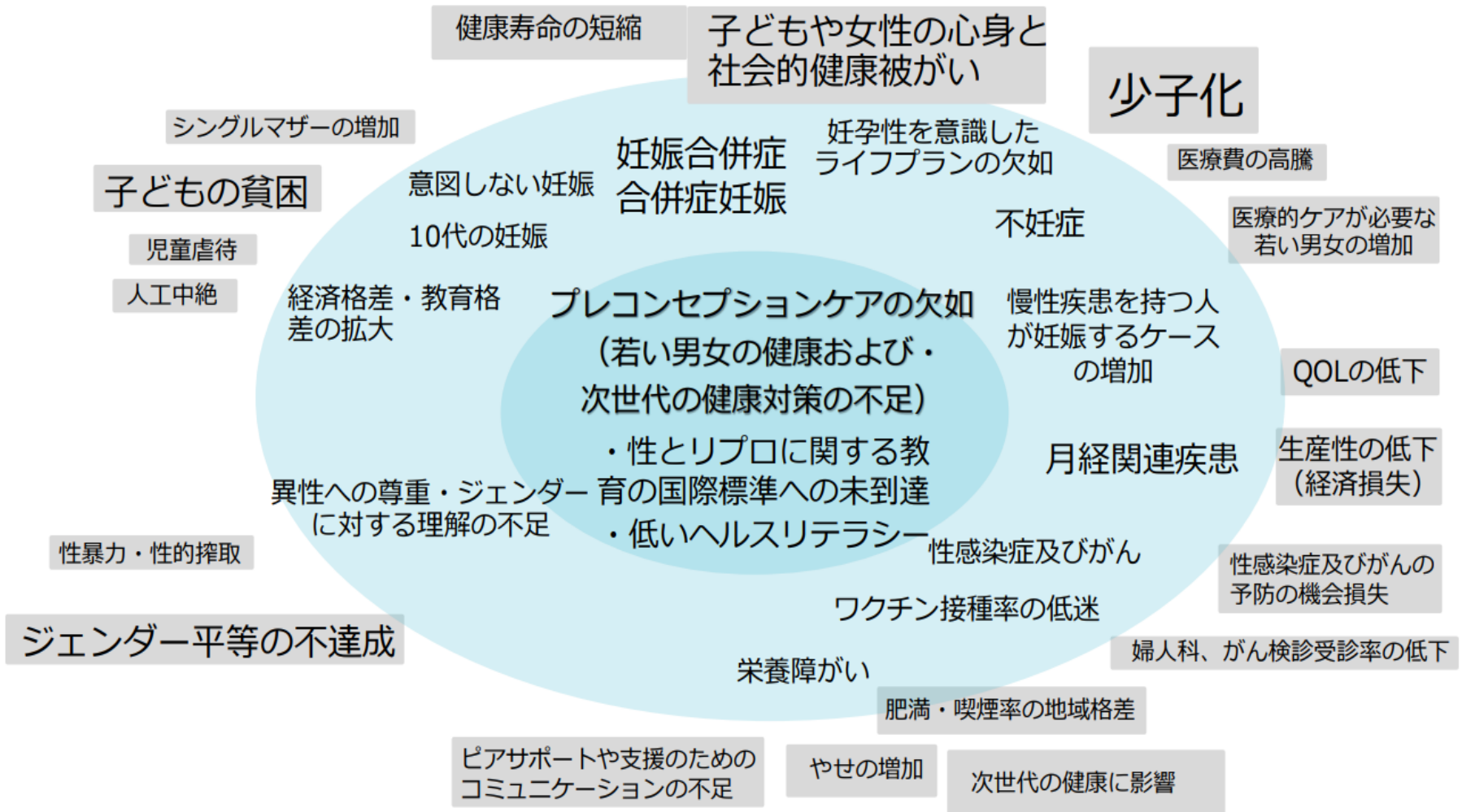
失敗率3-14%とされるコンドームが主流
日本では避妊法の選択肢自体が少ない

計画妊娠は多くない

既婚者に聞いた 妊娠前の予定



日本のプレコンセプションケアの課題



日本のプレコンセプションケアと 今後への期待

日本のプレコンセプションケア

2015年11月

日本でもナショナルセンター内にプレコンセプションケアセンターが設立された

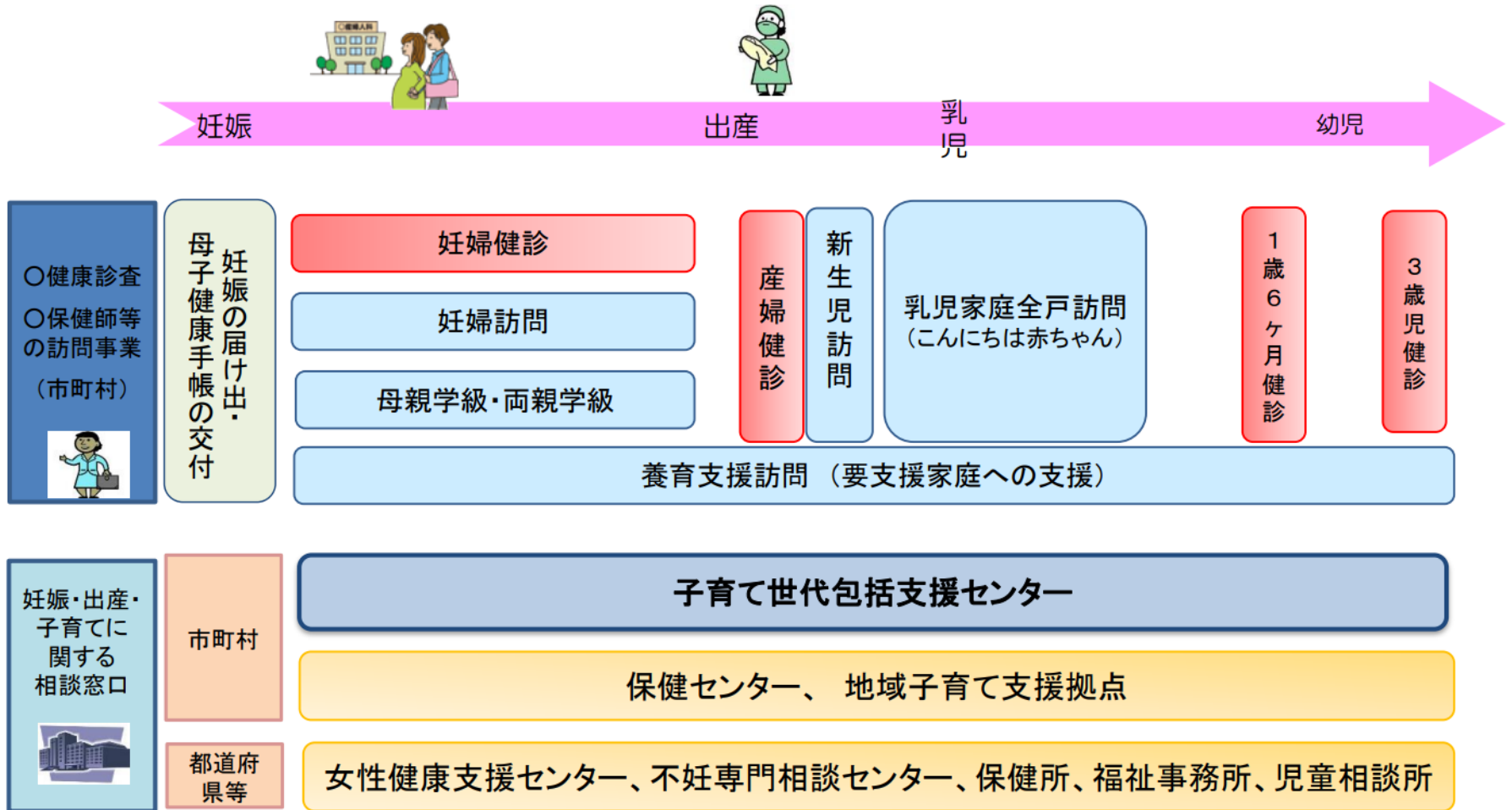


全国のクリニックでプレコンセプションケア外来の取組
産婦人科系の学会シンポジウム、雑誌での特集
一般向け書籍・雑誌・ウェブ記事等...

医療現場(産婦人科)や社会で徐々に普及している

妊娠・出産等の支援体制

厚生労働省資料 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000493890.pdf>

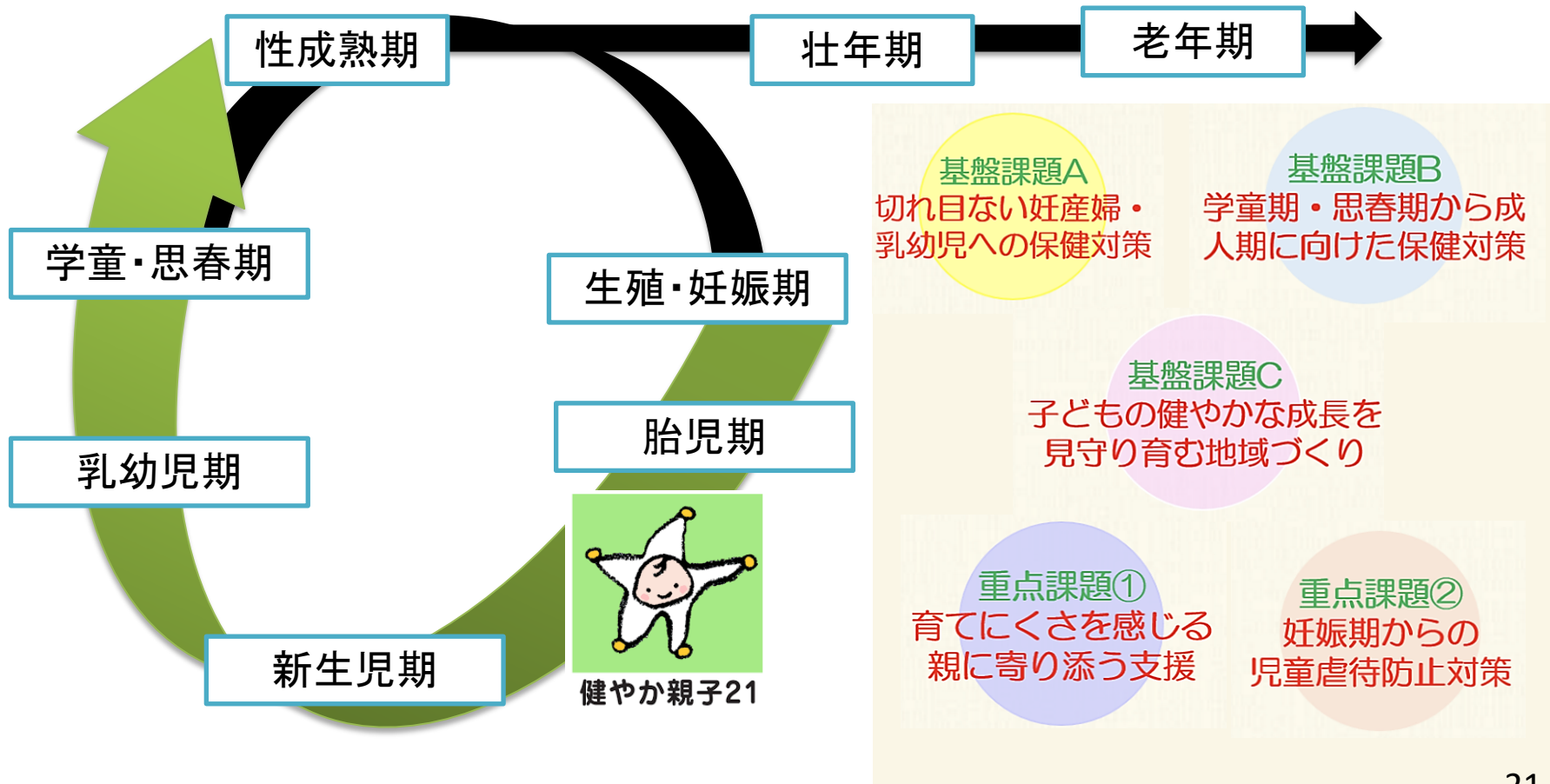


全国で母子保健事業が提供されているが、妊娠前の支援は不妊のみ

健やか親子21

第2次計画(2015年度～2024年度)

- 母子保健の国民運動計画「すべての子どもが健やかに育つ社会」
- 21世紀の母子保健の取組の方向性・目標・指標
- 妊娠前に関する項目は「特定不妊治療費助成事業件数」と10代の指標のみ



成育基本方針（10月30日版 素案 抜粋）

2 成育過程にある者等に対する保健

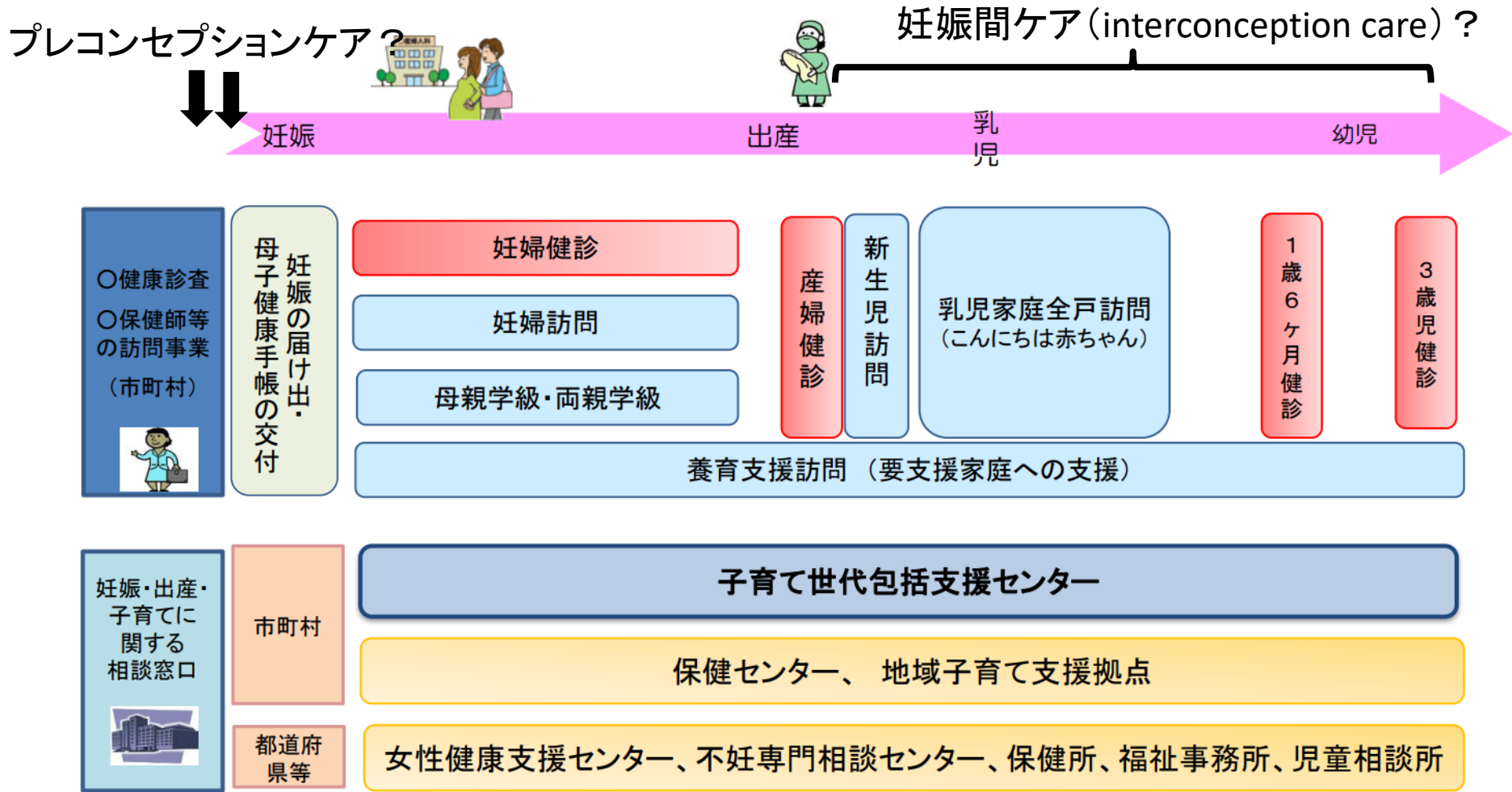
（1）総論

- ・ 安心・安全で健やかな妊娠・出産、産後の健康管理を支援するため、プレコンセプションケア⁹の実施などの支援を求める者や、支援が必要と認められる成育過程にある者等に対して適切に支援を実施するなど、需要に適確に対応した切れ目のない支援体制を構築する。

（5）生涯にわたる保健施策

- ・ 男女を問わず、相談支援や健診等を通じ、将来の妊娠のための健康管理に関する情報提供を推進するなど、プレコンセプションケアに関する体制整備を図る。特に、若年女性の痩せは骨量減少、低出生体重児出産のリスク等との関連があることを踏まえ、妊娠前からの望ましい食生活の実践等、適切な健康管理に向けて、各種指針等により普及啓発を行う。

妊娠・出産等の支援体制



結語

- 日本の課題
 - 周産期医療成績は良好だが低出生体重児が多い
 - 若い女性のやせや葉酸摂取など食生活・生活習慣の課題
 - リプロダクティブヘルス全般の課題
- 今後への期待
 - 医療現場、社会では徐々に普及している
 - 保健・教育発のプレコンセプションケア普及にも期待

今こそプレコンセプションケアを広めましょう

謝辞

荒田尚子先生はじめ
国立成育医療研究センタープレコンセプションケアセンター
の先生方に心より御礼申し上げます



秋田のじゅんさい



抱返り溪谷の紅葉