

妊すぐ

2016年6月13日

株式会社リクルートマーケティングパートナーズ

リクルートのマタニティ情報誌『妊すぐ』 本日発売 医療専門サイト『m3.com』とコラボの 「妊婦がやっちゃダメなことランキング」掲載！

株式会社リクルートマーケティングパートナーズ（本社：東京都中央区 代表取締役社長：山口 文洋）が企画・編集を行うマタニティ情報誌『妊すぐ』は、最新号の夏号（赤すぐ臨時増刊7月号）を全国の書店にて6月13日（月）に発売いたします。

■妊婦がいちばん知りたい「妊娠中のNG」を医師100人に調査！

マタニティ情報誌『妊すぐ』において、「妊娠中、やっていいこと・ダメなこと」を扱った記事は、毎回、読者支持率1位の人気企画。今号の『妊すぐ』では、国内20万人以上の医師が登録する医療従事者向けサイト「m3.com」の協力を得て、現役の産科医100人の見解を集約しました。題して『産科医100人に聞きました！妊娠中やっちゃダメなことランキング』。「夜勤は？」「立ちっぱなしの仕事は？」「ビールは飲んでいい？」「コーヒーはダメ？」「テーマパークに旅行してもいい？」「髪のカラリングは？」「エステの施術はOK？」などなど。専門家でも意見が分かれる「やっていいの？ダメなの？」を100人の産科医がジャッジ。その回答を集計し、「NG度」をパーセンテージで示しました。日常生活、仕事、嗜好品、スポーツ、レジャー、美容の6ジャンル、合わせて40項目を網羅した企画は必見です！



■妊婦さんがうれしい豪華付録2点セット、ついてます！

人気セレクトショップ、URBAN RESEARCH DOORS（アーバンリサーチ ドアーズ）とコラボしたマタニティマークと、パスケースがついています。どちらも上質なレザー調。働く妊婦さんの通勤のおともにも、ぴったりです！パスケースには、お守りや診察券を入れても。



■主なコンテンツ紹介

- ・おなかのベビーの成長と身体の変化 まるわかりノート
- ・妊娠判明から出産まで「みんなどうだった？」実例レポート10
- ・書き込んで使える！「お金と手続き」まるわかりBOOK
- ・歴史キャラ×育児タイプで診断！最強!! パパママ診断2017
- ・お手入れマニュアルつき「おっぱい&おなか どう変わる?!」



今回、共同調査を行い、産科医100名の声を提供いただきました。

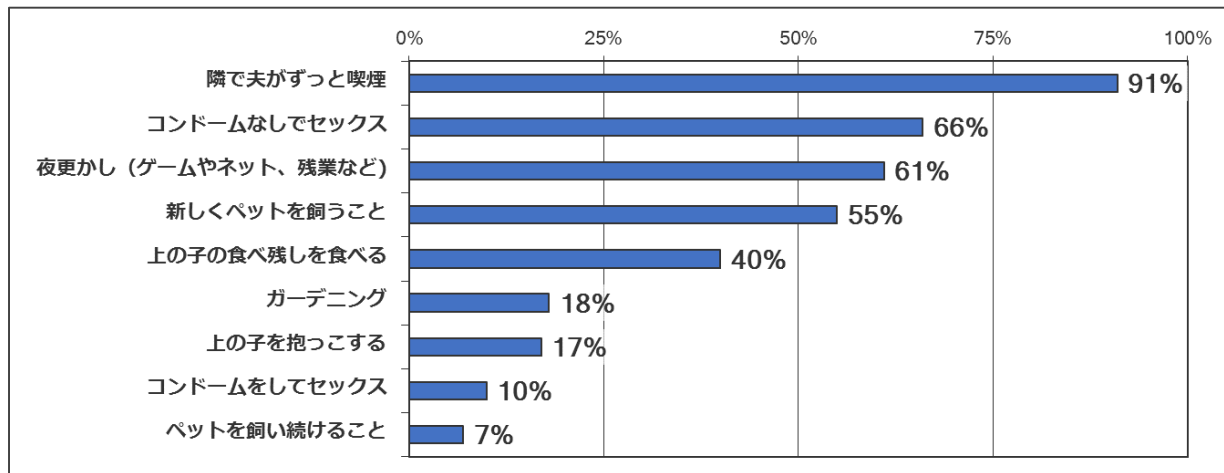
エムスリー株式会社が運営する、国内20万人以上の医師が登録する医療に関する専門サイト。ここに集まった「医師の生の声」を、一般の方々にも届ける活動を実施しています。医療を取り巻くさまざまなテーマを、提供する側、受ける側で共有することでよりよい医療の実現を目指しています。

【本件に関するお問い合わせ先】
https://www.recruit-mp.co.jp/support/press_inquiry/

リクルートの妊娠情報誌『妊すぐ』が、医療専門サイト『m3.com』と共同調査 産科医100人に聞いた！「妊婦がやっちゃダメなことランキング」

■妊娠中に「できれば避けて」と指導する行動は？

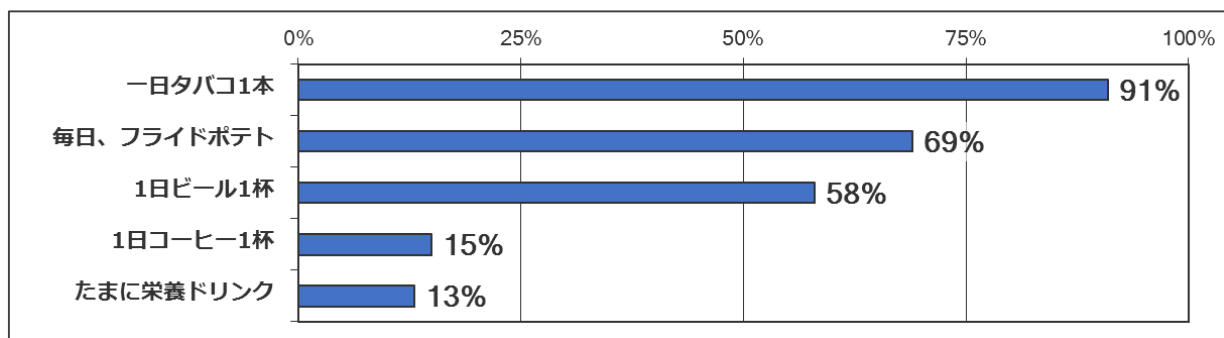
産科医100人に、以下の9項目について「日常生活の中で『できれば避けた方がよい』と指導する行動は？（複数回答可）」と質問しました。ワースト1は「**受動喫煙**」で、9割の医師がNGと解答。「**妊娠中のセックス**」については、「精液に子宮収縮作用があり早産につながること」「感染症のリスクがあること」から、コンドームの着用を指導している先生が多数派でした。「**ガーデニング**」や「**ペット**」は、妊娠中のトキソプラズマ感染を避けるためのNG指示ですが、既にペットを飼っている場合は、9割以上の先生が飼い続けてOKとの回答。「手を洗う」「口移しで餌をあげない」などに気をつけて。「**上の子の食べ残し**」は、サイトメガロウイルス感染のリスクおよび体重管理の観点での指摘です。



(2016年赤すぐ7月号臨時増刊「妊すぐ」夏号より)

■妊娠中は「控えるべき」と指導している嗜好品は？

産科医100人に、以下5項目から「妊娠中は控えるべきと指導している嗜好品」を選択してもらいました（複数回答可）。もっとも多く回答があったのは「**一日タバコ1本**」で、実に91%の産科医が「控えるべき」と指導しています。妊娠中の喫煙は、流産、早産、赤ちゃんの低体重など、大きなリスクがあるためです。



(2016年赤すぐ7月号臨時増刊「妊すぐ」夏号より)

「**飲酒**」も同様で、58%が「控えて」と回答。「これ以下の飲酒量であれば胎児に影響がない」という安全量は確立されていないため、妊娠中はお酒を控えることが基本です。飲酒以上に「控えるべき」と回答が多かったのが「**毎日、フライドポテト**」。高カロリーと塩分が、体重増加や「むくみ」の原因に。太り過ぎは難産の原因のひとつ。つわり時期にフライドポテトにはまる人もいますが、「毎日」は避けましょう。「**カフェイン**」の摂り過ぎも胎児に悪影響を及ぼしますが、コーヒー1杯程度は大丈夫という声が多数派。

(調査概要) m3.com登録の産婦人科医師を対象に、インターネットによるアンケートを2016年4月に実施、100人からの回答を得た。「妊婦健診において、妊婦さんに『やってよいか?』と質問を受けた際、『避けるべき』『おすすめしない』と答えている」項目を選択してもらった。
なお、回答時に想定する妊婦さんは、経過が順調な、妊娠4カ月～8カ月の女性とした。(切迫流産や早産の危険がある、妊娠高血圧症候群・妊娠糖尿病などの合併症等の理由により、個別に特別な判断が必要な妊婦は対象外)

→ 専門家の分析やアンケートの詳しい情報は『**妊すぐ**』夏号本誌をご覧ください。