

## 妊娠中の感染予防のための注意事項 - 11か条

1. 石鹸と流水で、しっかり手を洗ってください。
2. 小さな子供とのフォークやコップの共有、食べ残しを食べることはやめましょう。
3. 肉は、しっかりと中心部まで加熱してください。
4. 殺菌されていないミルクや、それらから作られた乳製品は避けましょう。
5. 汚れたネコのトイレに触れたり、掃除をするのはやめましょう。
6. げっ歯類(ネズミの仲間たち)やそれらの排泄物(尿、糞)に触れないようにしましょう。
7. 妊娠中の性行為の際には、コンドームを使いましょう。
8. 母子感染症の原因となる感染症について検査しましょう。
9. B群溶血性レンサ球菌の保菌者であるか検査してもらいましょう。
10. ワクチンが存在する感染症(たとえば、麻疹、風疹や水痘)から自分と胎児の身を守るために、妊娠前にワクチンを打ちましょう。※1
11. 自分が十分な抗体を持っていない場合、水痘や風疹などに感染している人には近づかないようにしましょう。※2

※1 現在妊娠している方は、出産後、なるべく早く次の妊娠までの間にワクチンを打ちましょう。

※2 感染者に接触した場合はすぐに病院に連絡して下さい。水痘や麻疹の場合は、すぐに免疫グロブリンの注射をすることで発症を防ぐことができるかもしれません。

### まだ、自分には関係ないと思いませんか？

トキソプラズマ&CMV 感染児を持つ、ご家族の声をきいてください。



#### 悔やまれるのは「知らなかった事」

■ 2003年2月生まれ先天性CMV感染症。ひびきさんの体験談より

「CMVの感染によって、母体には全く無症状でありながらも、大切な子供に取り返しのできないダメージを与えてしまう事がある」ということを「知らなかった!」という事です。

私自身はもちろん、病院側にも知識が無さ過ぎたのではないかと考えています。NHKの報道を見て初めて、上の子の食べ残しの整理などのお世話でCMVに感染することが多いことを知りました。これには心当たりが大有りでした。知っていれば予防できたかもしれません。



#### 妊娠中期に”一度だけ”ユッケやレバ刺しを食べたことがありました。

■ 2011年生まれ先天性トキソプラズマ感染症。豆太郎さんの体験談より

…どうして、こんなタイミングで初感染? 生肉なんて小さいころからタタキとか食べていたのに、わざわざ妊娠中に初感染? ただの悪い偶然? いやいや、私が知識がなくて生肉なんか食べたせいだ! …お腹の中の赤ちゃんの障害の原因がトキソプラズマの母子感染だと分かった時、私は自らの手で、大事な宝物である娘を、トキソプラズマに感染させ、障がいを与えてしまったのだと、非常に悔いて、そんな自分を呪いました。 ※牛のレバ刺しは平成24年7月から禁止されています

### 先天性トキソプラズマ&サイトメガロウイルス感染症患者会「トーチの会」



詳しい解説やQ&A、体験談は  
ホームページをご覧ください。

トーチの会

検索

ホームページ <http://toxocmv.org/>

<http://www.facebook.com/toxocmv/>

@toxocmv [info@toxocmv.org](mailto:info@toxocmv.org)

# 妊娠中の 母子感染に注意!!

妊娠中にウイルスや細菌、寄生虫などに母体が感染すると、

胎盤や血液を通じて母親から胎児に感染してしまい、

赤ちゃんが何らかの障がいを持って生まれてくる場合があります。

これを胎内感染(または先天性感染)といいます。

特にトキソプラズマとサイトメガロウイルス(CMV)の先天性感染症に対して、今の日本には認可の下りた治療薬、感染を防ぐためのワクチンが存在しません。

ですから、妊娠中は感染しないように予防することがとても大切です。

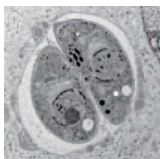
#### 先天性トキソプラズマ&サイトメガロウイルス感染症患者会「トーチの会」とはなんですか？

2012年9月、妊娠中にトキソプラズマやサイトメガロウイルスに感染し、先天性の障がいが出た家族を中心に設立された患者会です。日本でこの二つの胎内感染症は、「珍しい病気」と思われてきましたが、最近では生活環境の変化のためか、患者の数が増えてきています。しかし現在、母子手帳の中にこれらの病気の説明は説明されていませんし、妊婦健診でもその検査を行う施設は少なく、国は注意喚起をほとんど行っていない状況です。注意すれば防ぐことができるかもしれない母子感染で悲しむ親子をなくしていくために、国や医療機関へ、妊婦さんへの注意や情報提供をよう、働きかけを行っています。

#### 先天性トキソプラズマ&サイトメガロウイルス感染症 患者会 「トーチの会」

Association for Congenital Toxoplasma and Cytomegalovirus Infections

## 先天性トキソプラズマ症



トキソプラズマは家畜の肉や感染したばかりのネコの糞や土の中などにいる、ごくありきたりの原虫です。原虫と言っても、とても小さな単細胞動物なので目には見えません。日本では大人になってから感染率が高くなる傾向にあります。感染しても健康な人には全く問題ないのですが、妊婦が初めて感染した場合は、その胎児にも感染が及ぶことがあるので注意が必要です。感染した胎児には、**流産・死産、脳や眼の障害などが生じることがありますが、症状も障がいの重さも様々です。**そして、感染しても何も症状がないこともあるし、出生時に問題がなくても**成長するにつれて症状が出る場合もあります。**特に重要なものは網脈絡膜炎による視力障害です。

### 「トキソプラズマ」から胎児を守るために、特に気を付けること

#### 生肉・非加熱食品

肉に含まれたトキソプラズマは67度になるまで加熱しないと死にません。

- 生肉や加熱不十分な肉を食べない。肉は中心部の赤みがなくなるまでしっかり火を通す。生ハム、ローストビーフ、レアステーキ、肉のパテ(火を通してないパテ、加熱不十分なパテ)、生サラミ、生ペーコン、ユツケ、馬刺し、鳥刺し、鹿刺し、エゾシカのレアステーキ、鯨刺し、ヤギ刺し、加熱が不十分なジビエ(野生の鳥獣)料理、等
- 殺菌されていないミルクを飲むことは避ける。また殺菌されていないミルクで作られた乳製品(ナチュラルチーズ、ソフトチーズなど)も避ける。※1
- 包丁やまな板などの調理器具は生肉用と野菜用に分けて使い、こまめに洗浄し、清潔に保つ。

#### 土ごじりや水

感染したてのネコが公園や庭、畑で糞をしている可能性があります。またそれらの土で川や井戸水が汚染されている可能性があります。

- 土をいじる作業中は手袋や眼鏡、マスクを装着し、作業後は十分な手洗いをする。
- すべての野菜や果物は皮をしっかりと洗浄する。
- ろ過あるいは蒸留処理された水道水以外(塩素処理だけではダメ)の生水を何も処理しないまま飲むことは、妊婦は絶対に避ける。

#### ネコの糞

- ネコ用トイレの掃除はできれば他の人にお願する。
- ネコ用トイレは「毎日」掃除をする。
- ネコの餌として生肉をあげない。
- 飼いやネコは外にださない。
- 妊娠中に新たにネコを飼いはじめない。
- ネコ用トイレの掃除やネコのお世話の際、使い捨て手袋やメガネ、マスクを装着し、作業後は手洗いを励行する。

### 妊婦にとってネコは危険なのですか？

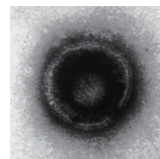
トキソプラズマに「初感染して数週間以内のネコの糞」にはトキソプラズマが含まれている可能性が高いです。しかし糞の中のトキソプラズマがヒトへの感染力を持つまでは通常丸一日以上かかります。特に「**外飼いや野良のネコ**」は最近感染した可能性が考えられるので危険です。ネコも**生肉や土**に含まれたトキソプラズマから感染します。

### 妊娠中の初感染が判明した場合、対応策はありますか？

母体が感染しても胎児にまで感染しないこともありますし、胎児が感染しても何も症状が出ない場合もありますが、障がいを起こす危険性を放置することは得策ではありません。感染の可能性が高いと判断された場合は、**胎児に起こる障がいを予防軽減する為に妊婦への投薬を考慮することが必要です。**

※1 ミルクに含まれたトキソプラズマによる経口感染の報告はありませんが、リステリアなどの細菌感染・食中毒予防のためにも殺菌されていないものは避けましょう

## 先天性サイトメガロウイルス感染症



サイトメガロウイルス(CMV)は世界中のいたるところにいる、ありふれたウイルスです。母乳を飲んで、子どもの唾液や尿に触れて、そして性行為によって感染し、日本では成人の半数以上がすでに感染し免疫を持っています。子どもも大人も健康であれば感染しても全く問題はないのですが、妊婦が初めて感染した場合や妊婦の免疫力がひどく低下した場合は、胎児への感染が危ぶまれます。感染した胎児には、**流産・死産、脳や聴力障害などが生じることがありますが、症状も障がいの重さも様々です。**そして、感染しても何も症状がないこともあるし、出生時に問題がなくても**成長するにつれて症状が出る場合もあります。**特に重要なものは進行性の難聴です。何らかの症状がみられるのは感染児の10-30%程です。

### 「サイトメガロウイルス」から胎児を守るために、特に気を付けること

- 石鹸と流水でしっかり手を洗う。
- おむつ交換、子どもの食事、鼻水やよだれの処理、オモチャを触った後は念入りに手洗いする。
- 食べ物、飲み物は子どもとは別にし、同じ箸やスプーンやフォークも使わないようにする。
- 子どもにキスをするときは頬や唇へのキスは避けて、おでこにしてあげる。
- 子どもの唾液やおしっこがついてしまったオモチャや家具などは、きれいに拭き取る。
- CMVは石鹸、アルコール、漂白剤などに弱いので、手洗いや掃除の際は、水だけではなく、こうしたものが入った消毒薬や清掃用品を使う。
- CMVは乾燥に弱いので、敷物や布団類は天日で十分に乾燥させる。
- 保育教諭など乳幼児と関わる職種の方は妊娠したらできる限り年齢の高い子どもを担当する。
- 妊娠中の性行為の際には、コンドームを使う。

### 妊婦は先天性CMV感染症の子どもやその母親には近づかない方が良いのですか？

CMVは世界中どこにでもいる普通のウイルスです。感染しても症状が出ないため気付かないだけで、日本でも感染している人の方が多いくらいです。つまり先天性感染をしている子もその親も、他の人と何ら変わりはないのです。しかもインフルエンザのように飛沫感染(くしゃみや咳による「しぶき」)によって起こる感染)することはなく、唾液や尿に触れた手を介してしか感染しません。手洗いをきちんと行うことで予防すれば良いわけで、感染者を差別したり隔離したりしても無意味で何の効果もありません。

### 妊婦が感染すると全ての胎児に障がいが出るのですか？

母親が妊娠時に初感染した場合、CMVに対する免疫を持っていない為、胎児にまで感染が及ぶ可能性があります。過去に感染していて既に免疫ができている場合は胎児に感染が及ぶ可能性はかなり低くなります。感染して生まれてきても大多数の感染児には症状は見られないので安易に中絶を考えないでください。

### 自分には抗体があるのか？もしくは妊娠中に感染していないか調べるにはどうすればいいの？

トキソプラズマもCMVも、採血して抗体検査を行います。これらの抗体検査は妊婦健診には含まれていないため、自ら積極的に検査を依頼する必要があります。不安に思うことが少しでもあれば、必ず医師に相談して、大切なおなかの赤ちゃんを守ってください。