

# 妊娠中の感染予防のための注意事項 - 11か条

注意事項をよく心得て生活することにより、お腹の赤ちゃんに害を及ぼす可能性のある感染症にかかるリスクを大幅に減らします。

1



石鹸と流水で、  
しっかり手を洗って下さい。

2



子供と食器を共有、食べ残しを  
食べるのはやめましょう。

3



肉は、しっかりと中心部まで  
加熱してください。

4



無殺菌のミルクや、それらから  
作られた乳製品は避けましょう。

5



ネコの汚れたトイレに触れたり、  
掃除をしたりするのはやめましょう。

6



げっ歯類やそれらの排泄物に  
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



感染症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。

11



感染している人との接触を  
避けましょう。

詳しい解説はトーチの会  
ホームページをチェック!



<https://toxo-cmv.org/>

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」

トーチの会 