

新型コロナウイルスパンデミックによって、妊婦健診にどのような影響がありますか。

新型コロナウイルスパンデミック中、最優先事項は、患者さん、スタッフ、コミュニティの安全です。そのため、出産前のクリニックや病院での対面診療を減らしています。これには対面診療の一部をバーチャル妊婦健診に変更して対応しています。

バーチャル妊婦健診とは何ですか。



バーチャル妊婦健診は、自宅から妊婦健診が受けられる安全で便利なものです。電話、コンピュータ、タブレットのいずれかを使用し、医師や助産師とのプライベートな電話またはビデオ会議にサインインして、妊婦健診を受けられます。

今年ミシガン・メディスンでバーチャル妊婦健診を受けた患者さんの90%以上がバーチャルケアに満足したということです。患者さんたちはバーチャル診療は簡単で便利で、妊娠について医師や助産師と話すのにとっても良い機会だと感じています。

多くの予約はバーチャルで、携帯電話やコンピュータを使い行われますが、必要なときは、医師または助産師との対面予約をとります。

同じ質の妊婦健診を受けられますか。

通常と同じ高い質のケアと同じ回数の妊婦健診が受けられます。患者さんの安全確保として、妊婦健診のクリニックに来なければならない回数を減らすため、一部のサービスをまとめる場合があります。患者さんと医師や助産師は、以下の診療スケジュールを見て、患者さんの都合やニーズに合っているかを確認します。

妊婦健診の診察中にどのようなことをしますか？

初めての健診(事前問診)をはじめ、各診察の説明は以下のとおりです。

健診 (週)	健診の受け方	検査	超音波	予防接種
初診	看護師との電話			
8-12	対面	✓	✓	✓
16-20	対面			
19-21	対面超音波検査のみ（出生前診断センター）		✓	
24-28	バーチャル			
28-30	対面	✓		✓
30-32	バーチャル			
34-36	対面	✓		✓
36-38	バーチャル			

39	対面		
----	----	--	--

次のサイトで妊娠の各数週ごとの話題をご覧ください。 <http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>

追加の妊婦教育を受けられますか。

はい、対面診療で医師や助産師から受ける妊婦教育に加えて、私たちは妊娠の各段階でのあなたの学びをサポートするためのリソースを用意しました。これらのリソースは妊娠、乳児のケア、分娩中の快適さ、適切な授乳姿勢、乳児発達のマイルストーン、乳児行動などのトピックをカバーしています。患者さんのご家族の安全を守るため、全てのクラスは現在バーチャルで行われています。追加のリソースを見るには、<http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources> にアクセスしてください。

バーチャル診療に何か機器は必要ですか。

バーチャル診療にはカフ式血圧計が必要になります。体重計や赤ちゃんの心拍数を調べるための胎児ドップラーモニターを購入する必要はありません。ただ安心を得るためにこれらの機器を購入してもかまいません。体重や胎児の心拍数も経過観察すると選択した場合は、予約前に測定し、バーチャル診療で医師または助産師に数値を伝えてください。

カフ式血圧計： 血圧を測定するために使用される装置で、膨張式カフ、測定ユニット、手動で操作されるバルブ付きの送気球または電氣的に操作されるポンプなどの膨張メカニズムから構成されます。

胎児ドップラーモニター： 赤ちゃんの心音を確認する携帯型超音波装置。

血圧計、胎児ドップラーモニター、または体重計の入手方法についてさらに情報が必要な場合は次のサイトをご覧ください。 <http://tiny.cc/GetandUseDevices>

自宅で血圧を監視するにはどうすればよいですか。

バーチャル診療ごとに診察中に血圧を測って医師か助産師に伝えてください。血圧計の使い方についての追加情報は下記のサイトをご覧ください。

<http://tiny.cc/GetandUseDevices>

自宅で赤ちゃんの心拍数と胎動を監視するにはどうすればよいですか。

胎児ドップラーモニターなしでバーチャル診療を終えても安全です。「蹴る回数」で胎動を監視することをお勧めします。これは、赤ちゃんが蹴る、ねじる、回転する回数を記録するということです。通常、妊娠の20週目までに胎動を感じます。ドップラーモニターの使い方についての追加情報は下記のサイトをご覧ください。

<http://tiny.cc/GetandUseDevices>

「蹴る回数」で胎動を測定するにはどうすればよいですか。

1. リラックスして快適な状態になってください。きつい衣類をゆるめてください。横向きに寝るか、足を上に上げて座ってください。集中できるように、電話やテレビなど気が散るものは控えてください。
2. 開始時刻を書き留めてください。胎動を5回感じるまで数えてください。回転、蹴り、パンチ、ねじれごとに、1回の胎動として数えてください。赤ちゃんが静かであれば、冷たいジュースを一杯飲んでから、また始めてください。
3. 数え終えた時刻を書き留めてください。

「蹴る回数」を使って赤ちゃんの動きを数える方法についての追加情報は下記のサイトをご覧ください。 <http://tiny.cc/GetandUseDevices>

どのようにすれば新型コロナウイルスパンデミックの最中、「社会的距離」を実践しながら、サポートを受けていると感ずることが出来ますか？

社会的距離とは、新型コロナウイルスの感染を減らすために、患者さんと他の人々との間に物理的な空間を意図的に維持することです。特に妊娠中、これが難しくなることもあるでしょう。同様の経験をしている人とコミュニケーションがとれるように、予定日が近い女性のためのオンラインサポートグループの設置に取り組んでいます。

オンラインのグループに参加ご希望の方は次のサイトをご覧ください。tiny.cc/PrenatalSupportGroup



悲しくなったり気分が落ち込んだり、（食べ物や請求書の支払いなどで）リソースを得られず困っていたり、自分の安全面に不安があったり、ほかに助けが必要な場合は担当の医療スタッフに連絡して下さい。

自宅で出産をするべきですか？

自宅ではなく、患者さんのための利用可能な全てのリソースがある病院で出産することをお勧めします。私たちは、すべてのお母さんと赤ちゃんの安全のために感染制御手順を実施しています。ミシガン州の新型コロナウイルスの急速な変化により、当院の方針は定期的に変更されます。現在出産センターに来られるすべての患者さんに対し新型コロナウイルスの検査を行っています。

- 検査が陽性の場合、患者さんは出産のための付き添いの方を一人つけることができます。
- 検査が陰性の場合、患者さんは付き添いの方を二人つけることができます。

追加情報はどこで確認できますか？

最新の訪問者の規制に関する情報は次のサイトをご覧ください。

<https://www.uofmhealth.org/coronavirus/michmed-visitor-guidelines-covid-19>.

さらにご質問がある場合は、患者ポータルから医師または助産師に直接ご連絡ください。自宅出産の詳細についてのリンク：

<http://www.med.umich.edu/1libr/Gyn/Homebirth.pdf>

ミシガン・メディスンでケアを受けることを選択して頂き、新型コロナウイルスパンデミックの最中、私達が患者さんに最善のケアを提供できるようご協力頂き
ありがとうございます！

免責条項：この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン・メディスンが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン・メディスン外で作成されたオンラインのホームページへのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなホームページの内容について弊院は一切責任を負いません。この資料の内容を主治医からの医療的アドバイスと同等のものとして扱うことはできません。なぜならあなた自身の経験が一般的な症例とは異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、また今後の治療計画について質問がある場合は主治医にお問い合わせください。

著者： Alex Friedman Peahl MD, MSc

編集：Karelyn Munro, BA

出典：ユタ大学バーチャル妊婦健診とは何ですか。2020, Access online: <https://healthcare.utah.edu/virtual-care/virtual-prenatal-care/what-is-virtual-prenatal-care.php#overview>

[ミシガン・メディスン](#)の患者教育資料は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 3.0 非移植](#)のライセンスで認可されます。最終更新日 2020 年 11 月