

妊娠中の高血圧（高血圧症）とは？

What is high blood pressure (hypertension) during pregnancy?

血圧は、血液が動脈の壁に及ぼす力の大きさです。血圧の数値が収縮期 140mmHg（血圧の上の数値）または拡張期 90mmHg（下の数値）を超えると、その人は高血圧とみなされます。高血圧の妊婦さんの多くは、深刻な問題なく健康な赤ちゃんを出産しますが、高血圧は母体と胎児の両方に危険な場合があります。

Blood pressure is the amount of force exerted by the blood against the walls of the arteries. A person's blood pressure is considered high when the readings are greater than 140 mm Hg systolic (the top number in the blood pressure reading) or 90 mm Hg diastolic (the bottom number) Although many pregnant women with high blood pressure have healthy babies without serious problems, high blood pressure can be dangerous for both the mother and the fetus.

妊娠中の高血圧にはどのようなタイプがありますか？

What are the different types of high blood pressure during pregnancy?

妊娠中の高血圧には、2つのタイプがあります。

There are 2 forms of hypertension in pregnancy:

- 慢性高血圧症 - 妊娠する前からあった高血圧

Chronic hypertension - high blood pressure that was present before you became pregnant.

- 妊娠高血圧症 - 妊娠 20 週以降に発症する高血圧

Gestational hypertension -high blood pressure develops after 20 weeks of pregnancy.

すべてのタイプの高血圧の女性は、妊娠中に特別なケアが必要です。

Women with all types of high blood pressure require special care during pregnancy.

妊娠中に高血圧になると、どのような問題が起こるのでしょうか？

What problems can arise as a result of high blood pressure during pregnancy?

高血圧の影響は、軽度なものから重度なものまで様々です。深刻なリスクとして、妊娠高血圧腎症という病気があります。この症状は通常、妊娠 20 週以降に始まり、血圧の上昇と（腎臓の問題の結果の）母親の尿中のタンパク質に関係します。妊娠高血圧腎症は胎盤に影響を与え、さらに以下のような合併症を引き起こす可能性があります。

The effects of high blood pressure range from mild to severe. One serious risk is for a condition called Preeclampsia. This condition typically starts after the 20th week of pregnancy and is related to increased blood pressure and protein in the mother's urine (as a result of kidney problems). Preeclampsia affects the placenta, and can further cause the following complications:

- 胎盤への血流が減少する。その結果、赤ちゃんへの酸素や栄養が減少し、赤ちゃんの成長が遅れたり、全体的な健康が損なわれる可能性があります。

Decreased blood flow to the placenta. This reduces the oxygen and nutrients to your baby potentially slowing the baby's growth and overall health.

- 胎盤早期剥離。これは、妊娠中に胎盤が子宮から分離することです。この深刻な状態は、出血を引き起こし、赤ちゃんと母親への酸素を減少させる可能性があります。

Placenta abruption. This is when the placenta separates from the uterus during pregnancy. This serious condition can cause bleeding and decrease oxygen to the baby and mother.

- 早期分娩。母体にほかのさらに深刻な合併症が起こるのを防ぐための唯一の治療方法が、出産しかないこともあります。

Premature delivery. Sometimes the only treatment is delivery of baby to prevent other more severe complications for the mother.

妊娠高血圧腎症の発症リスクが高いのはどのような女性ですか？

Which women have a higher risk for developing preeclampsia?

- 慢性高血圧の女性（妊娠前から血圧が高い）

Women with chronic hypertension (high blood pressure before becoming pregnant).

- 以前の妊娠で高血圧または妊娠高血圧腎症を発症した女性、特にこれらの症状が妊娠初期に発生した場合。

Women who developed high blood pressure or preeclampsia during a previous pregnancy, especially if these conditions occurred early in the pregnancy.

- 妊娠前に肥満だった女性

Women who are obese prior to pregnancy.

- 20歳未満または40歳を超えた妊婦

Pregnant women under the age of 20 or over the age of 40.

- 複数の赤ちゃんを妊娠している女性

Women who are pregnant with more than one baby.

- 糖尿病、腎臓病、関節リウマチ、狼瘡（ろうそう）、または強皮症の女性

Women with diabetes, kidney disease, rheumatoid arthritis, lupus, or scleroderma.

いつ医療機関に連絡すればよいですか？

When should I call my healthcare provider?

以下のような兆候や症状がある場合は、医療従事者またはトリアージ（734-764-8134）に電話をしてください。このような症状があると妊娠高血圧腎症を発症している可能性があります。

Call your health care provider or Triage at 734-764-8134 if you have any of the following signs and symptoms, that may indicate you are developing preeclampsia:

- 治らない激しい頭痛
Severe headache that will not go away
- 視覚の変化（斑点、ぼやけ、ハロー）
Vision changes (spots, blurring, halos)
- 手や顔の急な腫れ
Sudden swelling of hands and face
- 右上腹部の痛み
Pain in the right, upper abdomen
- 急激な体重増加、1週間で5ポンド以上の増加
Sudden weight gain, more than 5 pounds in a week

妊娠高血圧腎症と診断されました。私にできることはどんなことですか？

I have been diagnosed with preeclampsia. How can I care for myself?

次のようなことができます。

You can help yourself by:

- タバコを吸っている人は、タバコをやめましょう！
If you smoke, quit!
- 休んで、健康な食生活をし、ストレスを避けてください。
Rest, eat well and avoid stress

- 医療従事者から血圧の薬を処方された場合は、必ず担当者の指示通りに服用してください。医療従事者に相談せずに高血圧治療薬の服用をやめないでください。

If your health care provider prescribes a blood pressure medication for you, make sure you take the medication exactly as your provider ordered. Do not stop taking high blood pressure medications without talking to your health care provider.

その他の指示 : Other instructions:

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・メディソ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・メディソン外で作成されたオンラインサイトのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなサイトの内容についてミシガン・メディソンは一切責任を負いません。この資料の内容は主治医からの医学的アドバイスに代わるものではありません。なぜならあなたが経験されることが典型的な患者の経験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、治療計画に関し質問がある場合は担当の医療従事者にお問合わせ下さい。

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

著者: Author: Bailey, Joanne CNM PhD,

査読者: Reviewers: Getty, Barbara CNM MS, Crane, Patricia RNC MS

翻訳: ミシガン・メディソン通訳サービス

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

出典: 妊娠中の高血圧について国立心臓、肺、血液研究所

http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/hbp/hbp_preg.htm

Adapted from: *High blood pressure in pregnancy*. National Heart, Lung, and Blood Institute.

http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/heart/hbp/hbp_preg.htm

ミシガン・メディソンによる患者教育は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 4.0 国際パブリック・ライセンス](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) を有しています。最終版 2021年03月

Patient Education by [Michigan Medicine](https://www.michiganmedicine.org/) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/). Last Revised 03/2021