

論 文

# 理想体重コントロールのための 妊婦個別栄養指導の試みについて

大松五輪美・村上 紀子・杉本 敏江

沖崎 一子・坂下美智恵

(金沢市立病院)

Ideal weight gain during pregnancy,  
Effect of individual alized nutrition education

Iwami Omatsu, Noriko Murakam, Toshie Sugimoto,  
Kazuko Okizaki, and Michie Sakashita  
Kanazawa City Hospital

## 要 旨

妊婦の肥満は、ハイリスク妊娠の1つとして警戒され、妊娠中毒症・妊娠糖尿病・早産・分娩時大量出血など産科的合併症が多い。また、分娩時においても微弱陣痛になりやすいと言われている。

そこで、この研究は、妊婦の肥満を少なくするために、外来にて個別栄養指導を行った。

栄養指導内容については、当院栄養士を助産婦で作成し、悪阻のおさまる頃から、妊娠中期を中心に個別栄養を試みた。

その結果、個別栄養指導群の出産時体重増加が、平均10.5kgと、非指導群の12.9kgより有意に少なかった。

出産児の体重は両者とも差がなく、産科的異常もなかった。

以上のことから、個別に栄養指導を行うことにより、理想体重に近づくことで、産科的異常の減少につながると考える。