

妊娠2・3・4・5ヶ月のすべてがわかる本 ベネッセムック たまひ

# 初たまじカラ

2014  
秋号  
570円

1冊に1個  
ついてます

ラインストーン

特別  
付録

fafaカラボ  
エーワン  
メモリアル

「  
楽にする」

超音波  
わかりやす

アラフォー妊娠の活

お仕

「これから

葉酸・鉄分・カルシ

妊娠ごは

産

出産&育児で  
「出していくお金×  
もらえるお金」大研究

おめでとう!  
妊娠

巻頭大特集

2~10ヶ月って  
こうなります!  
見通しガイド

付録1 妊娠40週まで  
やることチェック  
カレンダー

付録2 「いま妊娠何週何日?」  
早わかりスケール

付録3 パパ専用  
男の妊娠手帳

付録4 妊娠中の食べ物・飲み物  
「OK・NG」判定シート

たまごクラブ  
キャラクター  
たまちゃん

試用付録

やっていいこと・  
ダメなことは!?

妊娠したら  
気になること

解決  
Q&Aブック



4~15週  
胎児の大きさ  
実物大  
イラストつき

妊娠したら最初に読む本

「たまひよnet」今すぐ登録・無料

B



# おなかの赤ちゃん 成長実感 アルバム♪

妊娠4～15週の超音波写真で、  
おなかの赤ちゃんの成長を解説。  
ぜひ、あなたも赤ちゃんの存在を  
感じににくい妊娠初期のうちから、  
超音波写真を使っておなかの赤ちゃんを  
実感してみてください。

イラスト／あきこ  
超音波写真提供／丸茂元三先生

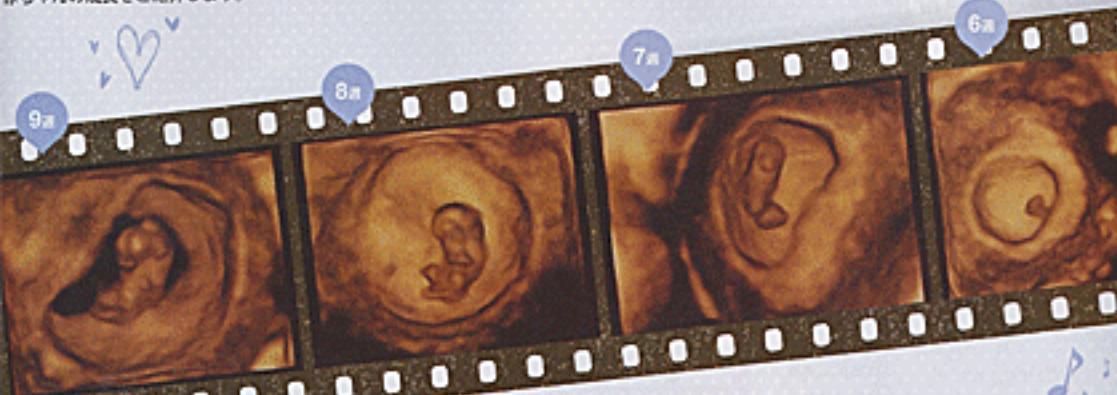
監修

丸茂元三 先生

日本超音波医学会認定講師門司、東京  
大学医学部附属病院産婦人科などを経て、  
2003年春に丸茂レディースクリニックを開院。『もっと身近に赤ちゃん  
を感じてもらいたい』という想いから、  
3D&4D超音波外見を積極的に  
取り入れた診療をしています。4D超  
音波DVDに録画してもらえます。

# の赤ちゃんの成長を見てみよう

赤ちゃんの成長をご紹介します。



胎嚢の周り方はさまざま

胎嚢がきれいな卵形でなくても大丈夫。胎嚢の見え方は子宮(内臓)の形にも影響されていて、超音波の断面の考え方によって変わります。

赤ちゃんが  
2頭身に写り、  
心拍もわかる  
ようになります

赤ちゃんはますます大きくなり、頭部と胴体の区別がついてきます。7週の頃から11週、胎嚢(赤ちゃんの頭からお尻までの長さ)が1cmほどに。このころには心拍も確認できます。



同じ透數でも写り方に違いがある  
人物を撮影する際、カメラの位置や  
角度が違えば写り方が変わるように、  
超音波で同じ成長段階の赤ちゃんを  
撮っても写り方に違いがあります。

妊娠が確定する  
ころ。早い人は  
出産予定日も  
決まります

頭、脚、手、足、へその  
輪などの区別がはっきりつくるころ。8~11週に胎動数を計測して、出産予定期を確定させます。最初月经の開始日から予測された予定期を修正する場合も。



赤ちゃんの向きに迷うのが  
下の写真は赤ちゃんを横から、左の  
耳は赤ちゃんを正面から撮ったもの。  
手足が伸びてきたこのころから、  
赤ちゃんは活発に動き始めます。

どんどん手足  
が伸びて、より  
人間らしい  
シルエットに

幼い予定期がどんどん伸びて、人間らしい形が出来ていく時間。ママが赤ちゃんの動きを感じられるのは、早くとも9ヶ月半位頃ですが、赤ちゃんはすでに動いています。

妊娠初期の赤ちゃんの  
発育状況がよりわかる  
**2D超音波写真  
で見る成長**



受精卵が子宮に着床。  
胎嚢が発達

子宮の中に写る黒い丸が、赤ちゃんを包む「胎嚢」という名。胎嚢は非常に高いスピードで発育し、1日におよそ1mmずつ成長します。



ホワイトリングの中に  
丸い輪っか状の卵黄嚢が

胎嚢が白く厚みを持つてなると「ホワイトリング」と呼ばれることも。胎嚢の中には、卵黄嚢(大きい輪っか状)が写ります。



小さな赤ちゃんの姿が  
見えてくるように

卵黄嚢のそばに赤ちゃんが確認できるようになります。卵黄嚢は生に赤ちゃんの血流が通らるるところで、赤ちゃんとは細い管つながっています。

# 2D&3D超音波写真でおなじみ

おなかの赤ちゃんが見られる超音波写真には、平面的に写るもの(2D)だけでなく、立体的に写るもの(3D)も。今回は、この2つを使って

## 妊娠6~15週の3D超音波写真

めったに  
見ることができない  
オプションである3D超音波は、設備があり、それを扱える先生がいる施設に行けば受けられます。  
今回お腹先生にお願いし、15週にも渡り3D写真を見せていただきました。



頭部に白く頭蓋骨が見え、  
中には黒く脳が写ります



内臓や性器が発達。  
性別はまだわからにくい



太い背骨がはっきりと  
見えるように



卵黄嚢が小さくなり、  
やがて見えなくなります



赤ちゃんのかわいい手足  
の指が確認できることも



赤ちゃんはぐんぐん成長。  
頭殿長は5~6cm前後に



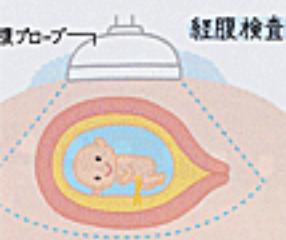
先生に聞きづらいことも解説

# 超音波検査知りたいポイント11

これから出産まで、必ず数回は受ける超音波検査には不思議がいっぱい。先輩ママたちが疑問に思っていたことについて、ズバリお答えします。

## 03 経腹検査以外に検査方法はないの?

経腔検査以外に検査方法はないの?

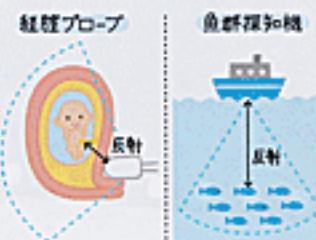


妊娠11週までは経腔が主流、それ以降は経腹検査になります

11週までは、赤ちゃんが非常に小さいため、ママの腰元（プローブ）を入れる方法しか超音波検査をすこません（経腔検査）。胎嚢が大きくなると、おなか（プローブ）を当てる経腹検査に変わります。

## 02 どうしておなかの様子を写せるの?

どうしておなかの様子を写せるの?



魚群探知機の原理で  
羊水に伝わる音波の反射を利用

魚群探知機は海底から水中の物体に超音波を反射する地点までの距離を測るもの。超音波写真はこの原理を使って、羊水の中にいる赤ちゃんの姿形を認識し、画像として表示します。反射の強いものは白く、弱いものは黒く写ります。

## 01 超音波検査では何を確認しているの?

超音波検査では何を確認しているの?



妊娠初期には主に6つのポイントを確認しています

### 1 子宮内に妊娠しているか

先生がまず確認するのが、子宮の中に胎嚢を見えるか。経腔検査や経腹検査で既に見えていても、受精卵が子宮内に着床していない異常妊娠の場合もあります。

### 2 赤ちゃんの心拍を確認

子宮内に受精卵が着床していることが確認できたら、赤ちゃんの心拍を確認します。心拍が確認できるのは妊娠10~12週ごろ。心拍が確認できると流産の確率は下がります。

### 3 子宮や卵巣に異常はないか

子宮頸管や子宮がハートの形をしている周子宮症といった子宮の変形、卵巣の腫れ、トラブルなど、経腔検査や子宮に影響を及ぼす要因になるものがないか確認します。

### 4 赤ちゃんが何人いるか

赤ちゃんが1人（单胎）か、双子や三つ子以上（多胎）かを確認します。一卵性か二卵性かどうかも、妊娠初期でわかります。多胎妊娠の場合、別の産科を紹介されることもある。

### 5 妊娠週数

出産予定期は最終月经初日を0週目、40週目を予定期として算定します。妊娠8~11週ごろに赤ちゃんの頭からお尻までの大きさを正確に測って、修正・確定します。

### 6 赤ちゃんの異常

妊娠10週までは赤ちゃんが小さいため、心拍の有無確認しか確認できませんが、その後は赤ちゃんに関するトラブルの可能性がないかどうかをチェックしていきます。

## 08 性別が判明るのはいつごろ?

1人で5ヶ月ごろ

## 06 超音波写真で赤ちゃんの向きはわかる?

写真ではわかりません

赤ちゃんの向きは、写真を見ただけではわからないので、気になるなら検査中に先生に聞いてみましょう。

30週を過ぎるまでは、赤ちゃんは頭向きを変えるので、さかこなどの心配はありません。

## 09 超音波写真をするコツを教えて

の劣化に注意して

トトなどと同じ感覚紙のため、光、熱に当たると劣化します。

な状態でよく残したい場合は、シリカ袋で保管等するのです。アルバムに入れて保管するだけでも丈夫。

## 07 胎児の体のサイズや体重はなぜわかるの?

計算式に当てはめます

測りたいところにポイントを当てると、超音波機器が自動で各部位の大きさを計測。体重は、頭、おなか、足の長さを計測すると、体重がわかる計算式に機械が自動で当てはめて、算出します。1回ほどの誤差は出ます。

## 04 超音波写真が登場したのはいつ?

1980~85年ごろ

超音波写真を初めて見せたとき、ピックアップされたという声も。というのも、超音波写真が登場したのは、1980~85年ごろで、今の妊娠さんは皆生まれた前後なのです。この技術は2000年ごろに広まりました。

## 05 赤ちゃんは超音波を感じるの?

感じることはあります

超音波は、その名の通り人間の耳では音として認識できないほど周波数が高い音波。大人でも聞これない音なので、赤ちゃんが感じることはありませんでしょう。もちろん、痛みや不快感を感じることもあります。

(胎嚢の大きさ)  
胎兒が入っている袋の大きさ)



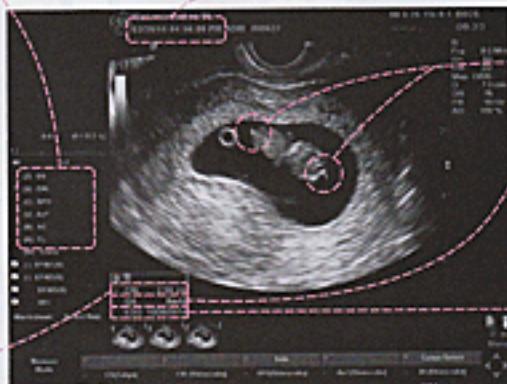
それはかにじり

そのほかにも、BPD(足踏大脚径：頭の大きさ)、  
A×T(胎盤面積面積：赤ちゃんの背の部分  
が平らあたりの面積)、AC(腹臍面積：お  
なかをまわりの大きさ)、FL(足踏骨長：太ももの  
骨の長さ)などがあり、必要に応じて計測します。

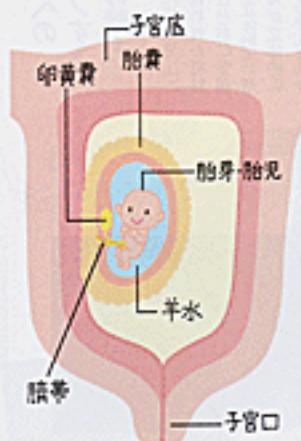
### CRL

(頭尾長/  
頭からおしりまでの長さ)

赤ちゃんの頭からおしりま  
での長さ。妊娠3~4ヶ月ま  
では胎児の骨格に個人差が  
少なく、CRLの数値もほぼ  
同じため、出産予定期や  
妊娠週数を検定するために  
使われます。



※機種や設定によっては表示されないものもあります



あなたもこんな  
写真が撮れるかも

## これはなんでしょうクイズ\*

Q3



Q2と同様に横たった同  
じ赤ちゃん。今度は上を  
向いているようですが、赤  
ちゃんの頭のあたりか  
ら上に伸びる頭の青の  
筋はなんでしょう?

Q2



聞いては胎嚢の写真。  
右側を頭にして、こち  
ら側を向いています。  
赤ちゃんの頭の上から  
子宮の壁に伸びる筋は  
なんでしょう?

Q1



左側の赤ちゃん。頭を  
右にして上に向いてい  
ます。さて、赤ちゃん  
の目の前にあるタッ  
ションのようなものはな  
んでしょうか?

## 超音波写真に書かれている 英語や記号の意味は?

日付・時間

超音波検査を受けたときの日  
付が記録されます。

十マーク、または  
エマーカー

胎児の体を測定するときに使  
用。画面上で測定したい部分  
のキマーカー、またはエマーカー  
ると、組んだ部分が測定され

GA

(妊娠週数)

超音波検査によって計測され  
る大きさから、検査をした当  
時の週数(w=week)の同じ大き  
さを割り出した数値が表示さ

EDD

{出産予定期 日/月/年}  
測定結果を受け、機械が自動  
的に出産予定期が表示され  
測定誤差などにより、実際の  
と異なる場合も、日程度に

## 内診などで使われる 知つておくとよいキーワードは

赤ちゃん

赤ちゃんを包んでいる袋のこと。超音波検査では子宮の中に黒い丸として写ります。これが見えると正常な妊娠と確定します。

胎嚢・胎兜

赤ちゃんのことを医学用語では胎嚢と呼びます。ごく初期には胎嚢と呼ばれることも。

卵黄囊

卵黄囊は赤ちゃんの血液が直結につくられる場所。徐々に自分の体で血液がつくられるようになり、胎嚢が完成するころには消失します。

羊水

子宮の中をなかなか赤ちゃんが浮かんでいた液体。妊娠初期は赤ちゃんを苞む羊膜や胚膜から分泌されます。

羊水

赤ちゃんの頭のこと。赤ちゃんは羊水を通して、ママから栄養や酸素をもらいつぶや化液や老廃物を排出しています。

出産予定期

出産予定期は、セックスをしてからカウントする人もいますが、最終月经の日を妊娠の日を1として数えて、卵巣発育によって修正する

呼吸

おなかの中の赤ちゃんは、鼻  
羊水を取り入れますが、これ  
はなく内膜などの機能を発達  
させる胎膜。呼吸は、肺を通し  
ます。鼻や口腔の開始は誕

下の3つの超音波写真的赤い矢印が指し  
る部分は、赤ちゃんの何に当たる部分で  
うか? 正解は、次のページの左下を見

まつりとした表情から…

妊娠  
32週  
です



目を閉じて…

おなかの中であちゃんは  
うとうと眠ったり、起き  
たりを短い時間で繰り返  
しています。この子はマ  
マにキスする夢でも見て  
いるのでしょうか？

口元に注目!

Chu

こんな表情を見せら  
たら、ママもパパも早く  
あちゃんに会いたくな  
ってしまいますね！

すごい！ 楽しい！ かわいい！

# 3D・4D超音波写真 ワールド

機会があったら  
ぜひあなたも♪

一般的に普及している白黒の2D超音波と異なり、赤ちゃんの表情がリアルに見られるのが3D・4D超音波のいいところ。今日は丸茂先生秘蔵の、お宝写真を見せてもらいました。

おなかの赤ちゃんへの  
愛着がぐっとアップする  
3D・4D超音波の魅力

2Dの超音波写真をパパに見せたら、「これ、何を育っているの？」と言われた経験のある人もいるのでは。10年ほど前に登場した2D(立体静止画)・4D(立体動画)超音波は、おなかの中の赤ちゃんが立体的に見られるから、見た瞬間に赤ちゃんを「かわいい」と実感できる臨場感のある検査です。どの検診にでもあるものではないですが、機会があつたらぜひあなたもおしてもらつてみてください。

表情の動きも

3D・4Dなら

わかっちゃう

♥



へその緒

腹壁アリ



こんなに違う！



お地図さんのような2Dと目鼻立ち  
がはっきりわかる3Dとでは、だい  
ぶ印象が違いますね。医学的には  
2Dで重要な部位はすべて可能ですが、3D・4D超音波はママやパパの  
想像に与える結果が期待できます。

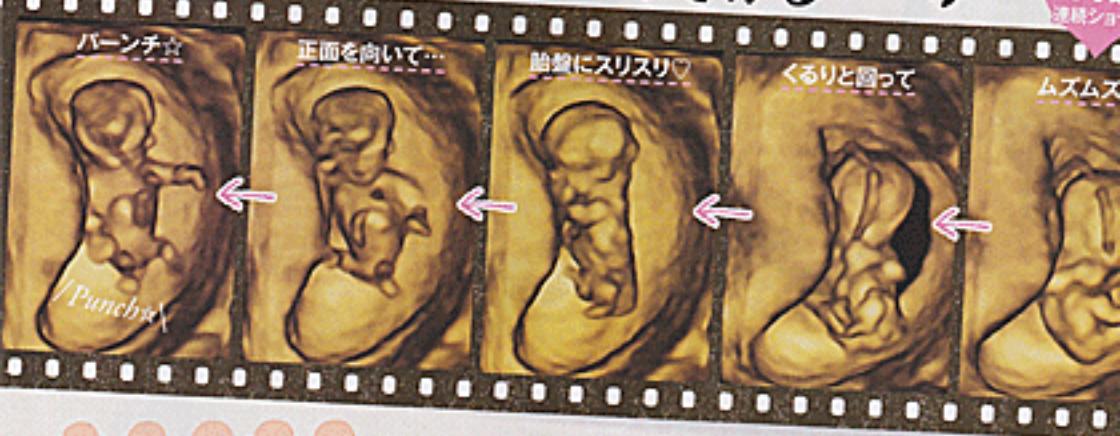
(左)これはなにでしょうか？(右)

(左)胎盤。両中隔にあるのは、子宮の壁です。(右)へその緒にも見えますが、頭の先を見ると手の握り跡跡です。左側には足の指も見えています。(右)へそ  
の緒。赤と青の色は、血流(赤は上向きの流れ、青は下向きの流れ)を示しています。

3D・4Dなら

# 「おなかの中で何をしてる?」 をリアルにのぞける

妊娠  
11週  
連続ショ



超音波プロープで撮影した写真です。左の  
盛り上がりは胎盤、への絆も見えます。  
赤ちゃんは子宮の中で、頻繁にポーズを  
変えて運動しているのがわかります。

とっても元気に動いてます♡

双子ちゃんも  
かわいいね♡

一卵性



小さな赤ちゃんが子宮の中で  
仲よくしている様子がよくわ  
かります。双子の場合、この  
ように二人一緒に写せるのは  
妊娠初期の一時間だけです。

3Dでも、超音波プロープで見ると  
妊娠生活ではお母さんのように丸く写  
ることも、右下の目をこすっている  
かわいい姿です。下は赤ちゃん  
が直立しているように見える珍し  
い写真。男の子なのですが、おち  
んちんを気にしているようです。

お豆みたい♡

妊娠  
9週

何か気になる…?

妊娠  
12週

妊娠  
10週



二卵性

