

はじめての 初たまごクラブ

妊娠初期は、この1冊で安心です！

祝・妊娠△3大付録

特別付録 初たまキラキラ☆ストラップ

おなかの赤ちゃん実物大シート&
書き込んで使う！妊娠40週までカレンダー今何週何日か
自分でわかる 妊娠スケール妊娠さんのしるし
1冊に1個
ついてます！ラインストーンつぶ
实物大2012年春号
刊行11周年記念
特別キャンペーン価格480円
(税込み)

16P完全保存版BOOK

妊娠2・3・4ヶ月の 気がかりQ&A77

すべて解決！

「頭痛薬を飲んだけど…」「温泉に入ってもいいの？」「などのささいなギモンにスパリ回答

マタニティ誌No.1
初たまごクラブへようこそ

表紙大特集

妊娠4~11週の安心♥生活 やっていいこと 気をつけること

徹底ガイド

超音波写真の見方& ベビーの成長わくわく図鑑

つわりの症状を楽にする！7つの法則

ベストな産院探しと妊婦健診の受診のコツ

「35才以上ニンブ」のホントのところ

流産の気がかりにこたえます

つわり乗りきり・量測チャックかんたん初期レシピ

妊娠中～産後に出て行くお金と対策

- 今いまさらじゃダメ生活改善アドバイス
- これからパパになる夫へ
- おなかと足どりだけ変わる？
- ワーキング妊娠の不安解消
- マタニティウエディングを成功させる！

ちいと早いけど！
あわせ
赤ちゃんの名前
考えてみよう！たまひよ名づけ博士
web鑑定サービス期間内なら何度でも
無料で試せる

妊娠がわかったら最初に読む本

マタニティ・育児専門
お買い物サイト「イモ」最大5000円クーポンつき！
(500円以上購入時)

たまひよの通信販売 500円割引 キャンペーン



赤ちゃんの大切なパートが次々に形成される

妊娠4~7週 2ヶ月 暮らし方と赤ちゃんの成長



妊娠4~7週

私の場合は…

妊娠は難産で報告して、直ちに医療機関の仕事は休むことに。お酒からつわりが始まり、食欲は朝も夜の間にどちらかとなく、吐き気や頭痛もありました。ずっと床にいることが多かったり、うつぶせになると背筋がつるつるのほうに向っていわれるのですが、なるべく歩いたり、入浴と食事で気分転換を。

4週～5週はまだ妊娠の自覚症状がない人がほとんどですが、4ヶ月～6ヶ月は「絶対妊娠初期」と呼ばれ、赤ちゃんの体の基本となるものが次々とつくれられます。ママ普通の生活をして大丈夫ですが、初期流産の可能性が高い時期であるため、ハーネスケジュールは避けるのが基本。おなかの痛みなど、いつもと違う体調を感じたら安静にしておやすみが必要です。赤ちゃんに悪影響を及ぼすことはやめお酒はもうろんNG。禁酒を守りましょう。一方、生理予定期に腰痛を発見したり、お酒を飲んでしまったとしても、着座後に筋肉するときはほとんどないと済んでいいでしょう。

フルスピードで成長中！ 超音波で赤ちゃんの姿が見えるようになります

この時期の赤ちゃんはわずか数ミリの大きさ。胎児の前段階の「胚芽」と呼ばれています。超音波では赤ちゃんの姿を確認しにくい時期ですが、体の重要な器官の形成が急ピッチで始まっています。妊娠7週ごろには2臍身のシルエットが見えることもあります。超音波検査で心拍が確認できるようになります。

胎嚢が確認できても胎芽は見えないことも

胎嚢の中の赤ちゃんは、1cmにも満たない小さな存在です。この阶段ではまだ胎芽が見れないこともあります。胎嚢に心配を感じています。



超音波写真にはまだ何も写らないことも…

早い段階では超音波検査で小さな胎嚢を見ることも。まだ何も見られないかもしれません。胎嚢が進むにつれて胎嚢内に胎芽が現れます。



神経管の土台の形成が始まる

精子子宮の内に胎芽(赤ちゃんの姿)が見えるようになります。6週間には心臓の確認ができるのも中にはあります。赤ちゃんの四肢、手足のものとがづくられ、生殖器の発達に必要な組織もそろってきます。

胎嚢の中に「胎芽」が確認できるようになります

早い人は胎嚢の中に胎芽(赤ちゃんの姿)が見えるようになります。6週間には心臓の確認ができるのも中にはあります。赤ちゃんの四肢、手足のものとがづくられ、生殖器の発達に必要な組織もそろってきます。

頭部と体の区別がついてくる

このころの子宮の大きさ
キウイ大



胎嚢の中には頭部と

白い円のように写る胎芽は、赤ちゃんの実質が出来つつある。赤ちゃんは活動性ができるまでは、胎嚢から栄養を供給します。



超音波画像で胎嚢が見えるようになります

このころから超音波画像で赤ちゃんの心拍が確認できるようになります。赤ちゃんの心拍は大人よりも速いスピードで約100回/分で、心拍数は100～100回/分で、胎嚢や臍帶の大半がつくられています。胎嚢画像で2臍身のシルエットが見えることもあります。

超音波で心拍が確認できるようになります

このころから超音波画像で赤ちゃんの心拍が確認できるようになります。赤ちゃんの心拍は大人よりも速いスピードで約100回/分で、心拍数は100～100回/分で、胎嚢や臍帶の大半がつくられています。胎嚢画像で2臍身のシルエットが見えることもあります。

どう過ごす？

いつもの生活でOK。
でも、無理はしないで。
たばことお酒はNG



ストライプシャツ1900円／ニッキン 新アリックスカート3990円、デニムワンピ4600円／アース ミュージックエコロジー アヌラルラベル／アース ミュージック＆エコロジー チュラルストアニーズ1510円 バッグ8800円／SAC

これって
妊娠のせい?

体の不調&違和感の理由は?

妊娠が叶明すると、ホルモンや自律神経の影響でさまざまな症状が現れます。いつもと違う体調の変化に心配するかもしれません。「ママ、無理しないでね」という赤ちゃんからのサインと考えましょう。症状がつらかったり、長引く場合は医師に相談を。

☞ ほかはたまごのHPでニター調べ

胸が張る

早くも乳腺が発達し、母乳の準備がスタート

育休ホルモンの影響でエストロゲンによって大きくなったり、チクチクした痛みを感じるようになります。これは生理的によく見られる症状ですが、より強く症状を感じる人もいます。乳腺組織や導管の通り道となる乳腺が急速に始めている結果です。

100人中43人
のニンブが経験!

妊娠初期に大量に分泌されるホルモンってどんなもの?

子宮内の環境を整えて妊娠を維持します

妊娠初期に高血圧が悪くなるのは、妊娠を維持するためにプロゲスチロン(育休ホルモン)というホルモンが多く分泌されているため。プロゲスチロンの作用によって子宮内膜が厚くなり、受精卵が着床しやすい環境が増えさせていくのです。

グレードドットランビー
4000円(マース・シカ
・ジャパンエクスプレス)
アラカルトヘルプア
ーズ・ミュージックエ
コロジオ・オーディオ
トニーハウス・レイン
・エスティラ・モード



体の不調&違和感

私の場合は…

常に肌が乾燥して、油られない
目立つ匂いがしたのが、妊娠に気づいた
ときからありました。妊娠を喜ぶこと
から非常にだるく、腰痛も、うき
さぎになるときも、腰痛も、喜す
ぎで、腰痛かと驚くくらい笑ひ、
腰痛は、1度これまで使いました。
立ちくらみもありましたね。

体が熱っぽい

平熱より高い「高温脳」が続くため

体温の上昇は、妊娠を維持するために育休ホルモンの分泌量が増えるため、体温が平熱よりも少し高くなり、「高温脳」がしばらく続きます。中には初産後約1ヶ月が最も多くて、高熱をひいたときのような種類感を抱くこともあります。

100人中52人
のニンブが経験!

眠い・だるい

育休ホルモンが影響する初期特有の症状

起きやすくなるを感じやすいのは、妊娠とともに育休ホルモンの分泌が増えるため。でも、これは一時的な症状で、胎盤が完成する16週ごろには落ち着いてきます。「体を休めて」というサインを受け止めて、ゆっくりペースで過ごしましょう。

100人中89人
のニンブが経験!

おりものの量が増える

子宮への細菌感染を防ぐために分泌物が増加

エストロゲンというホルモンの影響で子宮内膜の分泌物が増加します。おりものは毎月から子宮へと細菌が侵入しないようにするためにアリーナのようなもの。無臭で乳白色。かゆみのないおりものなら自浄作用なので心配いりません。

100人中52人
のニンブが経験!

便秘がちになる

ホルモンの影響で腸の動きが弱くなる

育休ホルモンが子宮の収縮を抑え、胎児の成長しやすいうまに子宮を縮ませることとともに、腸の動きが弱くなる原因になります。そのため腸の動きが弱って便秘しやすくなります。つわりで水分や食事がとれないときも要注意がちになります。

100人中43人
のニンブが経験!

頭痛

劇的に体内環境が変化するため

つわりの症状の一つとして、片頭痛を訴える人もいます。ホルモンの変化が関係しているといわれますが、「妊娠したこと」が直接の原因ではないという説も。水分が不足すると、血液の粘度が高くなってしまって頭痛が起きることもあります。

100人中45人
のニンブが経験!

立ちくらみ

急に立ち上ったときにクラッとなる

目の前がチカチカしたり、一瞬クラッとするの「眩暈」。其のとは別ものです。妊娠初期は体が急速に変化するため、自律神経が不安定になり、血圧のコントロールが不十分に。そのため、脳に血液が回らずに脳貧血を起こしかねなります。

100人中43人
のニンブが経験!

げっぷが増える・のどが渇く

つわりの時期における不快を感じやすい

げっぷや便通の過多、口の中の不快感は、はつきりとした原因が解明されていませんが、つわりの症状が悪化するときに治まってきます。また、妊娠中は血流量の変化で体内の水分の必要量が増えるため、のどが渇きやすくなります。

100人中24人
のニンブが経験!

足のつけ根に違和感がある

ホルモンの働きで間節が緩むため

リラクシンというホルモンの作用で、骨盤の開きをつくっている結合組織や筋肉が緩むのが原因。これは、お腹のときに赤ちゃんが骨盤内を通りやすくなるようにする働きで、早くも妊娠初期からリラクシンの働きが始まっています。

100人中24人
のニンブが経験!

出産予定日が決まり、本格的に妊娠生活へ！

妊娠8~11週 3ヶ月 暮らし方と赤ちゃんの成長



妊娠8~11週 私の場合は…

つわりで毎日歩くまで疲つかないか考
えると、ブルーに…。家事をしているとフ
ラフラと倒れそうになると、ハサードル
で歩くと頭が痛くなるため、ベランピゼー
家でできる運動を探し始め、毎日30分の体操教
室に行きなりました。

少しづつ人間らしい姿に。
9~10週には妊娠週数が確定

妊娠週数は頸段長(CRL)から確定
算出法は、以下の式で妊娠週数を割り出します。
妊娠週数=CRL(cm)+7

CRL 1cm:妊娠1週 CRL 2cm:妊娠3週
CRL 3cm:妊娠10週 CRL 4cm:妊娠11週



赤ちゃんが元気に動く姿が見られることも

赤ちゃんがどこかからかれて、ヒトの形に近づいてきます。
おなかの中で手足を活発に動かす赤ちゃんも、超音波検査の
ときに心で「にゅにゅ」と動かしたり、ヨコヨコとジャンプす
る姿を見るチャンス。へその緒が開かれることもあります。

指しゃぶりしていることも！



反射神経が覚醒し、活発に動くように

反射神経が覚醒し、ひざを曲げたり伸ばしたりする歩行反射
の運動が始まります。赤ちゃんの手足がよりはっきりと見えて、
脚には指しゃぶりしている姿も。超音波検査で活発に動く様子
が写られるようになり、胎動観察も開始してきます。

*准医学では妊娠10週までを胎動、妊娠10週以降を胎児と呼び、准医学では妊娠8週までを胎動、胎児と10週以降を胎児と呼びます。この特集では、准医学に基づいて表記しています。

おなか入りのタコの形の胎盤位置用
紙で、赤ちゃんの位置を記入して
お出でください。

どう過ごす？
つわりがピークに。
超音波写真を励みに
乗りきりましょう

8~11週はTDCOの分泌量が増える時期。
つわりのピークを迎えて、胸のムカムカ力や吐
き気、肩やけなどの症状が起こります。症状
の程度には個人差がありますが、つわりは妊
娠経過が順調ななし。たいていは胎盤が完
成する頃(8~9週)には治まるので、定期検定の
結果と参考しましょう。この時期、ママのおな
かはまだあまり目立ちますが、子宮が大き
くなってくるため、足のつけ根が痛むこと
も。赤ちゃんの成長には個人差がありますが、
心拍の確認後は流産の危険が少なくなるので、
超音波で見える赤ちゃんの姿を眺めに、つわ
りの時期を乗りきりましょう。

妊娠8~11週

赤ちゃんの成長は？

妊娠7週まで「胎芽」と呼ばれていたのが、まよからは
「胎兒」と呼ばれるようになります。頭でっかちですが、手足も発
達してきて、赤ちゃんらしいシルエットになってきました。
9~10週には頸段長(赤ちゃんの頭からおしりまでの
長さ)を計測して妊娠週数や出産予定日を確定できます。



頭や足ができるて、頭の形も発達

頭部と四肢の凹凸がはっきりと現れます。頭や足もできでき
ます。また、筋の発達が進化してきて、頭や首のくぼみが顎側で
できるようになります。超音波写真では、長いぐるみのようなシルエット
で写ることが多いです。



頸段長を計測できるように

頸段長で頭と脚がはっきりと区別できるようになってき
ます。また超音波では見えないけれど、手足の筋を一本一本分
かれてくることです。頸段長(頭長)を計測して、赤ちゃんの頭部
を確定することができます。



ホツトとひと息たし
心拍も確認できたし



母子健康手帳ももらつた!!



でもつわりが苦しい…
いみずつまでも胎酔いの…
結構酔いの…



超音波写真の
やわらかい姿を見ると

オレンジパック胎盤乳/SAC ピンクストール/スタイリスト私物

妊娠9~11週が
ピーク

つわり、どう乗りきる？

つわりの症状が強くなる、「いったいいつまで？」とブルーになってしまいかね。でも、いつかは必ず治ります！ あの手この手でつらい時期を乗り越えましょう。

水分がまったく取れない
場合は更診を！

ストレスを ためすぎない

精神的疲労からつわりが悪化するケースも。人と話すストレス解消になるので、悩み事は周囲に相談しましょう。仕事をしている人は無理のない範囲で続けることがよい気分転換にも。

水分補給

水を飲んでも吐いてしまう場合は血栓症が心配です。安静して床中のうつ睡を確認し、必要な場合は水分と栄養を補給します。脱水症状を予防するために意識的に水分補給を。

あめなどで 糖分補給

空腹で低血糖になると胃がムカムカしやすくなります。糖分を補給して血糖値を上げると気持ち悪さが和らぐので、あめを多くと使用。空腹時に手軽に糖分を補給できます。

はつきりした原因は不明
精神的ストレスで悪化
つわりが起きる原因は不明で
すが、妊娠によるホルモンの変化、自律神経のバランス、精神状態が不安定、アレルギーなど
が関係しているといわれています。
身体は個人差もあります
が、家庭的な問題、妊娠の不安など、精神的な要因がつわりを
悪化させることがあります。また、
なるべくスリミングしないよう
うに、自分なりに気分転換を
心がけましょう。

つわりは
なぜ起きる？

いつまで
続くの？

食べなきゃと 考えすぎない

食べられるときに食べる、
食事内容を気にしすぎないで。
ただし、食べすぎたりとあ
業すれば妊娠のLENG、フ
ルーツや野菜などで栄養補給を。

つわり 対処法ポイント

吐きけの症状を 緩和する薬も

便通によっては、吐きけや
嘔吐の症状を伴う小豆薬油
や豆乳などの薬用漢方を専門する
ケースもありませうので、主治医
に相談してみましょう。ただ、
薬では症状が治まらない場合も。

ビタミン類を 補給

貧困を防ぐためにビタミンを含む食品を積極的に摂取しませう。妊娠や豆乳にはビタミンが豊富な「妊娠初期」の治療にも使用されています。

が急速に体重がつかり
早い人は4ヶ月も遅くまで
が変化したり嘔吐が敏感にな
つたりします。トコロウ分量を
妊婦5~10週ごろ、時期が
来れば終わるまでと予想で
早い人は4ヶ月も遅くまで
が過敏で水も飲めず、体重
が妊娠前より多く減ってしまう
てしまふときは次の薬物を
待たずに受診しましょう。

妊娠5~10週ごろ、時期が
来れば終わるまでと予想で
早い人は4ヶ月も遅くまで
が変化したり嘔吐が敏感にな
つたりします。トコロウ分量を

つわりのつらさを緩和

たまひよSHOPの お助けグッズをチェック！

妊娠初期から
産後まで大活躍！
丸洗いでいる
マルチクッション

妊娠中の大好きな西野さんもフィットする妊娠初期用洗濯用クッション専門店の西野さんの販売する
丈夫で安心・安全なマルチクッションを販売している
お店です。おしゃれな商品が揃っています。

「たまちゃん専用妊娠手帳&文庫カバー」
プレゼントキャンペーン実施中

詳しく見る▶▶▶

詰めづらいから体が楽♪
肌にやさしいミルク姫様の
ハーフツップ&ショーン
お試しぐ

ワイヤレス充電器も
静音式USB風呂桶が便利
になる胎動車、ソフト胎
動心の妊娠用品イン
ナーラ、そんな胎動を
絞めてくれます。ハーフ
ツップも販売できる
所。M'sリテイナ。販売
店舗へたまひよSHOP

詳しく見る▶▶▶

つわり
私の場合は…
胃がムカムカして、
吐きかけ。2週の体調
がいいのにすこしあく
たら、その後2日間吐
き続け、妊娠中でビ
タミンを補給しても
治りました。

人によっていろいろです！

つわりの症状・私の場合

よだれづわり



妊娠4~15週

8~11週ごろ、口の中
に唾液がたまる症候群

いちばん悪かったのは8~
11週まで続いたよだれづ
わり。口の中に唾液がた
まり、常にいるときの感
覚やトイレで吐き気がすこ
がでてきました。口腔内が固
りました。11週を過ぎたこ
ろから少し少しずつ減り、13
週には口内に唾液がたまる
こともなくなりました。

食べづわりメイン



妊娠6~16週

ちよこちよこ食べて
いたら！ 9ヶ月で2kg増

おなかがすくと気持ち悪
くなるため、すぐに口にで
きるものを挑戦。ちょこちょ
こ食べていました。いち
ばん食べやすかったのはブ
ルーフゼリーと若森ペニ
体がとてもよくたまけてく
らい日が多かったです。8~
11週の1万回位でなんと
2kg増えてしまいました。

吐きづわりと食べづわり



妊娠4~16週

食べずにいられないの
に、食べると吐き気が

おなかがすくと気持ち悪
くなり、食べると落ち悪く
のですが、食後水分もする
と吐き気で寝るの振り
返し。寝っこいものは食べ
たくないのに、なぜかフラ
イトボトドリマッてしま
い。あとで気持ち悪くなる
のに説教してました。どうし
たらいむか？

吐きづわりメイン



妊娠8~21週

毎日吐き続け、
体重が6kg減りました

おなかを食べても気持ち悪
くなり、常にエアドット袋を
持つて歩く日々。出で事を
準備して通勤する途中、停
留場で吐いていたときに車に
吐きかけられました。8~11週
がピークで、体重が6kg減
りも減っていました。つらく
て毎日歩いていました。

スポーツドリンクや ゼリーを口元に常備

夜中に気持ち悪くて吐が
見えたとき、スポーツドリ
ンクや乳酸菌飲料を飲む
間に不快感で歯打ふりを
して、口内にたまった唾液
をもっと出しました。吐き
氣にもアルカリ性のベットボ
トルを粒元に準備。

フルーツといり豆は 丈夫でした！

昨日食べたかったものが
翌日には受け付けること
が多く、気持ち悪くな
ったのはトマトと栗。あと、
先兆から「食べづわ
りには胰島素のいい豆がお
すすめ」と言われて、粒豆を
よくかんで食べたら、それ
だけで満足でき気持ち悪
くなりませんでした。

ほかのママのブログを 読むことが恥みに

普段隠としてフルタイム
で働いていたので、毎日休
憩時間に鼻漏を受け水分
を大量に補給。寝返りの際
が気づかれてくれたのが大
きなええ。また、同じよ
うな社会づわりの皮肉に耐
えている妊娠さんのブログ
を読み、「私はけじめない！」
と恥みにしていました。

タイプ

私が体験
期間

どんな症状だった？

どう乗りきった？

どれくらいの大きさ?

ベビーの成長わくわくガイド

まだおなかが大きくならない妊娠初期でも、赤ちゃんの様子がわかる超音波写真。毎回、成長ぶりを見るのは楽しむくなりますよね。写真の見方や赤ちゃんがどう成長していくかチェックしてみましょう。

イラスト/成瀬 雄 総合写真の撮影および提供/丸光元三先生

Q

3D、4Dって
なんですか?

体の断面を写し出すのが2D。
産婦人科では2D超音波が多いでしょう

2D超音波は一般的な超音波検査方法。
子宮や胎嚢の位置を画面に写し出すため、骨
や内臓器官などの状態のチェックに適して
います。発育状態や異常の有無なども
チェックできます。四回まで2Dで必要な情報
を読み取り検査しますが、妊娠さんはほ
かが寄っているかわかりにくいかも。

2Dの情報を集積して
立体的な画像にしたのが3D、
動画としても見られるのが4D

いくつもの2Dの情報をコ
ンピューターで再構成し、立
体的に画像として見せるのが
3D。加えてリアルタイムで
動く想像としても見られるのが
4Dです。3Dや4Dで見
えるのは胎嚢の表面で、体の内
部は見ることはできません。
手足の細や、目や鼻、頭髪や
しそなどよく見えるのが
特徴です。



胎嚢の状態や出産予定期など
さまざまなチェックをします。

胎嚢の大きさが、正常な範囲かと
うかのチェック。胎嚢が子宮の中に
あるか、心拍があるか、胎児が胎嚢
に育てているか、確認していきます。
また胎児の大きさの測定から、
胎嚢週径や胎盤予定期の決定を行
います。ほかにも胎嚢が单胎或多胎か、
子宮や卵巣などをチェックしています。

妊娠初期にチェックしていること

子宮の中に妊娠しているか
赤ちゃんが生きてるか、何人いるか、
異常がないか

妊娠週数、出産予定期

子宮や卵巣に異常がないか

産婦人科でもらう 超音波写真の基礎知識

何が見える?
何がわかる?

何が写つ
いるの?

どうやって検査するの?



妊娠12週ごろまで

経腹プローブを使います。初期の
小さな赤ちゃんもはっきり見えます

妊娠初期の12週ごろまで
は、腹に貼り付いたプローブ
を挿入して、子宮や卵巣の
状態を検査します。子宮の
近く近くから触れて
できるため、赤ちゃんをよ
り触覚まで検査できます。

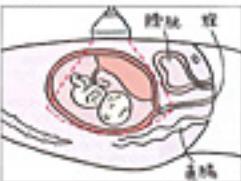


妊娠12週ごろまでは腹から
それ以降はおなかの上から
超音波を出すプローブという器具を使って
検査をします。腹の下から見る「経腹」と
おなかの上から見る「経腸」の2種類があり、
角度から両面でチェックしますが、映った画
像の何枚かを用意してあることができます。

妊娠12週ごろから

経腹プローブを使います。より広範囲が
見えるため、妊娠12週以降に使用

妊娠12週ごろからはおなかの上から
プローブを当てて検査します。より
広範囲を検査でき、超音波波から離
れた部分もチェックすることが可能
です。おなかの上からの検査なので、
便器や尿器がないでしょう。3D、
4Dは経腹で行います。



何が写っている? 赤ちゃんは今、

超音波写真の見方&

監修/丸茂元三先生(板橋中央総合病院 妊婦人科医長)



1991年筑波医科大学医学部卒業後、東京大学医学部附属病院産婦人科教室にて、2004年より現職。超音波専門家。実際の4D映像を収録したDVDつきの著書「赤ちゃんはお腹の中で何をしているのか?」(朝日出版社/1800円)で赤ちゃんの行動や生態をわかりやすく解説されています。



+マークまたは×マーク

妊娠部位を測定するときに使うマークです。図の上の+マークまたは×マークを頭部部分を測定します。

妊娠初期に西洋語がいいろと示されています。
S.C.R.L.なども書かれてます。

赤ちゃんの大きさや妊娠

超音波検査には赤

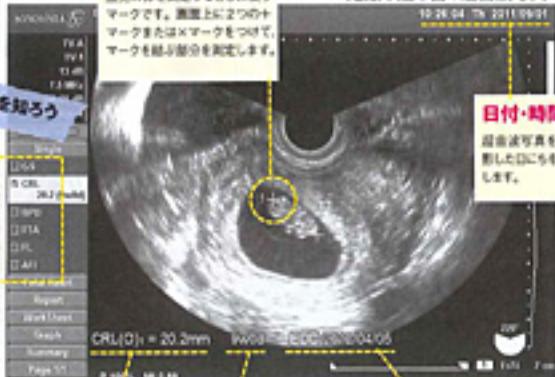
ちゃんの大きさや妊娠

週数などが表示されます。

妊娠9週0日の超音波写真

日付・時間

超音波写真を撮影した日にちを表します。



GS (胎嚢の大きさ: 胎児が入っている袋の大きさ)

妊娠初期に見られる、胎児に入った袋の大きさのこと。主に妊娠を確定するためのものです。



CRL (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です。妊娠週数や産期予定期を確定するために使われます。



そのほかにも、BPD(胎頭大径法: 赤ちゃんの頭の左右でいちばん大きい部分の長さ)、FL(大腿骨長: まつ毛の骨の長さ)、FTL(胎児頭頸脚距離: 脱児の頭の部分が写るあたりの横断面)などがあります。

O 超音波検査のときは おなかにゼリーを塗ると 固きましたが、なぜですか?

超音波がきちんと届くようにするために

プローブと体の間に空気があると、超音波は通じなくてしゃいます。そういうふうにゼリーを塗ります。超音波プローブの裏面はおなかにセリーや、直腸プローブの場合は、プローブにかぶせるカバーの内側にセリーや塗ります。



写真の下の出産予定期が見えたびに変わります。どうして?

O 機械で測るときの誤差が出る場合も

初期のころは赤ちゃんの大きさに個人差がないので、赤ちゃんの大きさを測定して出産予定期を推測します。1回ごろまでなので、それはゆづらむことに測定+マークをつける位置がずれると逆で2~3回変わることもあるので、あまり気にしなくて大丈夫です。

友人の超音波写真と比べると、記号や英数字が違います。

O 調べていることが違うのですか?

O 調べている項目は同じです

さきほどのマークの出産予定期の順序があるため、並びのしかたが多少異なることがあります。ですが、必要な超音波検査は同じように行っているので、心配する必要はありません。

O 超音波写真で 男の子か女の子か わかるのはいつごろですか?

超音波でわかるのは妊娠24~25週ごろから性別を決める検査の時点で決まっていますが、外性器がはっきり見えるのは妊娠32週(3ヶ月)ごろから。ただし、はっきりと外性器として確認できるのは妊娠24~25週(7ヶ月)ごろからでしょう。

O 超音波写真の赤ちゃんの 手が途切れているように 見えるので、心配です。

体の断面が見えているだけ、心配ありません。超音波は赤ちゃんの断面を横にしたときに断面が当たっていないところは見けません。途中で切れてしまうことがあります。赤ちゃんに異常はあるのではなく、超音波が当たっていなかっただけなのです。心配ありません。

いろいろな記号や英数字にはどんな意味が?

成長を実感しよう

妊娠2ヶ月

4.5.6.7週



この時期の赤ちゃんの成長

- 妊娠4.5週 赤ちゃんを包む袋(胎嚢)が見える
- 妊娠5週 胎嚢の中に卵黄嚢が見える
- 妊娠6週 胎内の赤ちゃん(胎芽)が確認できる
- 妊娠7週 赤ちゃんの心拍が確認される
- 頭部と胴体の区別がついて、2頭身に



ママの体

- 生理の遅れで妊娠に気づく
- 妊娠6~7週でつわりが始まる人も
- 胸が張るなど変化を感じる人もいるが、大きな自己度妨はないことが多い



胎芽は細長く成長し、心拍が確認され始めます

頭部と胴体の区別がつくまでには赤ちゃんは成長。胎芽長は約4mmです。7週ごろから心拍も確認されます。



3D超音波写真で見てみると…



ぐんぐん成長中

ただ今、7週

胎嚢の中にはっきりと赤ちゃんの姿が見えます! 呼吸では心拍を確認できます。胎嚢内に液体を動かす様子も見られるようになります。



私のご自慢超音波写真

4週の赤ちゃん

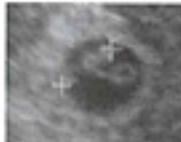


ママとパパ(お)を選んでくれてありがとう

新潟県/
田中社販さん(3才)、妊娠5ヶ月
大和くん(1才)おひだ

妊娠5週ごろの超音波検査では、小さすぎてわかりませんでしたが、胎嚢は薄いですが、赤ちゃんが見えました。「本当に赤ちゃんいるのかな?」ツワノオタシコみたい」と最初は思いましたが、「私たちをママとパパに説いてくれてありがとうございます」と喜びいっぱいでした。

6週の赤ちゃん



すごいスピードの心拍を確認!

千葉県/
松山弓子さん(3才)
福くん(0才)

妊娠6週で胎嚢が確認されたあと、下っぽと出血。心配で受診しましたが、大きくなっているから大丈夫と言われて安心しました。写真は利便にも手軽い3Dで胎心の動きが確認できたときのものです。この写真をもらってから、毎日健常手帳をもいで行きまきました!

まだおなかの赤ちゃんは小さいけれど、元気に成長している途中! 今、どれくらい成長しているのか、自分の写真と見比べてみて。



赤ちゃんが入っている袋、胎嚢が見えます

黒く円形に囲っているのが、胎嚢という、赤ちゃんが入っている袋です。3日に少なくとも1mmは成長しています。



4週

かわいい卵黄嚢が見えました

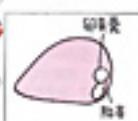
胎嚢の中に見えるのが卵黄嚢。赤ちゃんの栄養が宿さったものです。中身が液体のため黒く写り、またがり白い点で見えます。



5週

卵黄嚢の横に小さな赤ちゃん(胎芽)が見えます

卵黄嚢のすぐそばに、小さく白く写る赤ちゃんです。妊娠7週までの赤ちゃんは「胎芽」と呼ばれます。



6週

週数別

赤ちゃんの

妊娠3ヶ月

8、9、10、11週



ただ今、11週



慣れ親さん？

横向きになり、手足を握りしめる
ような赤ちゃん。3Dや4Dでは、
DODで曲げていた手足を動かす
かと様子がわかりやすいですね。



9週の赤ちゃん。手や足が立体的にはっきりわかります。頭が下
であしりが上。脚筋(へそ筋)
も見えます。



ママのおなかの中、
気持ちいいわ

ただ今、9週

頭、胴、足の3頭身にな
っているのがわかります

小さな手足が見えました。おりり
のそばには脚筋(へそ筋)見えます。
脚筋は脚筋がしゃがむ筋の
16筋ごろから細小してます。



9週

手と足、わかるかな?

へその緒が見えています

足の形がはっきりわかり、だいぶ
伸びた感じに。頭に伸びている
のは脚筋(へそ筋)。頭の中に
耳筋が見えます。



10週

ママとつながって
いるよ~

手足がはっきりわかれます

赤ちゃんの手足がはっきりと等
っています。写真を撮る、頭の上
の絵はくじの背景が見えます。



11週

どんどん大きくなあね

この時期の赤ちゃんの成長

頭部、胴体、手や足がでて
くる。手足をバクバク動かす

内臓もほほ出来上がる

まぶたや口、鼻、耳など顔の
形が発達する

男女の区別ができる
(超音波ではまだ見えない)



ママの体

つわりの症状がピークに

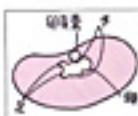
体がだるい

おなかが強烈な感じが
出てくる



しっかり心拍が確認
されています

頭と胴体、手、足の区別がだん
だんはっきりしてきます。妊娠8
週ごろになると心拍がしっかり確
認されるでしょう。



8週

大きくなったり?



私のご自慢超音波写真

9週の赤ちゃん



「ヒトの形になった~」とパパと感動

鈴木様/
鈴中美穂さん(35才)
愛海くん(8ヶ月)

2回目の健診で撮った、9週3日の写真です。1回目の
ときはまだ丸くひらりと見えたかったけれど、このときはもう
ヒトの形になっていて、パパと一緒に感動! 先生には
『赤ちゃんだからヒトの形をしているに決まっています
よ』とツッコミを入れられました(笑)。

11週の赤ちゃん



3週間ぶりの健診で、成長を実感!

笠置様/
ほっしー(3才)
和音くん(9ヶ月)

写真是3回目の赤ちゃん。つわりがまったくなかった
ので、「本当にあなたがいるの?」と思うこともありました
が、う面倒の健診ではこんなに大きく成長していました
赤ちゃんの全身、とくに足がすごくはっきりしており、表情
も少し笑っているような気がしてうれしかったです。

