

## 妊娠中・産後の女性における新型コロナウイルス感染症に関する情報

今回、コロナ禍によりウィメンズヘルス領域における理学療法実施においても感染症対策に迫われ、今までとは異なる対応を検討する必要がでています。理学療法士がどこから関われるか、またどのように関わるかを考える上で、現場でのコロナ感染対策について知っておくことが重要と考えます。

産科の現場では、

- ・ 外来付き添い制限（院内に入れるのはご本人のみ）、立ち合い分娩中止、面会中止という制限
- ・ 職員は PPE（Personal Protective Equipment：個人防護具）装着を徹底すること（マスク・フェイスシールド・手袋の着用、アルコール手指消毒）
- ・ 外来受付はビニールシート 診察室はプラスチック製のパーティション
- ・ 超音波検査に使用するプローベは食品用ラップを使用してひとりひとり張替え
- ・ 各部屋（診察室、分娩室、病室、そのほか）の換気を常におこなう（ドア・窓を半分開いておく）
- ・ 分娩時、患者様はマスクまたはフェイスシールド着用 スタッフは PPE を徹底して分娩介助
- ・ 患者様、スタッフ全員の検温・体調管理をおこなう

という配慮に加えて、夜勤の人数を増やしたり、ゾーニングが行われています。コロナ感染が疑われる場合においても十分な本人ご家族への説明と同意（場合によっては転院）がなされているところ です。

理学療法士も、感染症に対する標準予防策に加えて、こうした各診療科における対策を把握し、変化していく状況に応じた対応が必要です。

### 妊産婦への感染について

- 現在、新型コロナウイルスに関して、インフルエンザのように妊産婦における重症化や死亡率が特に高いという報告はみられませんが、感染予防と重症化予防は、高齢者や合併症のある患者と同様の対応となります。多くの地域でマタニティクラス等が中止または延期となっている状況ですが、理学療法士が妊産婦に接する際にも、三密の状況や長時間の対応を避けることが必要です。

実際に妊産婦を対象とする理学療法士の対応としては、

- ・ 対象者の動線上に消毒液を設置、来院時および帰宅時に手指の消毒を要請
- ・ 頻繁に（30分に1回程度）換気を行う
- ・ ドアノブや治療用ベッド等の消毒を行う
- ・ 職員は毎朝検温、体調チェックを実施、患者ごとに趣旨の消毒を行う
- ・ 上記の内容について、張り紙を掲示し、患者がわかるようにする
- ・ エクササイズ、姿勢・動作に関する動画配信
  - \* 肩こり・腰痛・・・①硬い部分をほぐす（柔軟体操） ②弱い部分を意識する（感覚入力・収縮練習）の順で指導
  - \* 不眠・ストレス等・・・胸郭・肋骨の柔軟体操→呼吸パターンセルフチェック（胸郭の動きが不十分な部分に手を当て意識して呼吸する）
  - \* 抱っこ紐の使い方・・・腰ベルトやサイドベルトの緩みはないか
  - \* 授乳姿勢・・・肘の下にクッション等を入れ、下向き過ぎない姿勢へ
  - \* 日常生活動作指導・・・腰痛予防として洗面/台所立位時、片足を台や厚めの雑誌に乗せる
- ・ 対面での介入を要する場合には感染予防策を徹底したうえで実施（例：状況の把握が必要な場合、セルフケアでは不十分な場合、生活に支障をきたす状況など）
- ・ 一対一での対応場面においては、コロナに関して必要以上に不安を煽るような話題（政治、助成

金、経済など)を控え、最低限の感染対策を伝える

などが、実際に取られている具体例となります。日々、状況は変化していますが、感染予防に関しては長期的な対策を視野に入れ、これらの具体例を参考にできることから確実に実施していく必要があります。

当部門では、妊娠中の方向けに、ご自宅でもできる快適な身体の使い方について動画でご紹介しています<sup>1)</sup>。ぜひご参照ください。

1) 日本理学療法士学会 ウィメンズヘルス・メンズヘルス理学療法部門

[http://jspt.japanpt.or.jp/jsptwmh/covid19\\_womens\\_and\\_mens\\_health/covid19\\_womens\\_health\\_mens\\_health.html](http://jspt.japanpt.or.jp/jsptwmh/covid19_womens_and_mens_health/covid19_womens_health_mens_health.html)

■就労されている妊娠中の女性に対し、厚生労働省は休みやすい環境の整備、テレワークや時差通勤の積極的活用の促進、従業員の集団感染の予防などの配慮を要請しています<sup>2)</sup>。また、男女雇用機会均等法に基づく母性健康管理上の措置として、新型コロナウイルス感染症に関する措置が新たに規定されました<sup>3)</sup>。妊娠中および産後1年以内の女性労働者が対象となりますので、妊娠中の理学療法士の就労にあたっては、該当される方にご周知いただければ幸いです。

2) 厚生労働省 HP

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_10656.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10656.html)

3) 男女雇用機会均等法に基づく新型コロナウイルス感染症に関する母性健康管理上の措置

<https://www.mhlw.go.jp/content/11910000/000628246.pdf>

### 産後の対策について

■産後の生活において、育児中の身体負荷は重労働している感覚にも匹敵し、腰痛や肩こり、腱鞘炎などの疼痛を引き起こします。このことから褥婦への理学療法支援や指導は不可欠だと考え、産後の日常を知ることは重要となります。

今回、母乳育児に関する新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に対する母乳育児について母乳育児支援にかかわる専門家のための非営利団体である NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会が翻訳<sup>4)</sup>した情報の一部を紹介します。

CDC：妊娠と母乳育児（一般向け）

CDC（アメリカ疾病予防管理センター）より: Pregnancy and Breastfeeding（Pregnancy, Breastfeeding, and Caring for Young Children）

新型コロナウイルス感染症の母子感染の可能性は低いが、出産後、お母さんや養育者など、感染している人からウイルスに暴露されて新生児が感染することがあるとされています。

母親が新型コロナウイルスの時の母乳育児の注意点として、

- ・ 母親が新型コロナウイルス感染症で直接授乳を選んだ場合
  - \* 授乳中は布で顔を覆って、授乳の前に毎回手を洗う
- ・ 母親が新型コロナウイルス感染症で搾乳することを選んだ場合
  - \* 自分専用の搾乳器を使う。
  - \* 搾乳中布で顔を覆い、ポンプやボトルの部品に触ったり、搾乳したりする前に手を洗う。
  - \* 「適切に搾乳器を洗浄するための勧告」に従い、使用ごとに母乳に触れたすべての部分を洗浄する。
  - \* 可能ならば、健康で、重症化のハイリスクではない人に搾母乳を与えてもらう。

4) 日本ラクテーション・コンサルタント協会 (JALC) 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 情報

JALC の翻訳より [https://www.jalc-net.jp/covid19\\_jalc.html](https://www.jalc-net.jp/covid19_jalc.html)

担当者

青山 花奈恵 ライフ・オステオパシー・センター 理学療法士

須永 康代 埼玉県立大学保健医療福祉学部 理学療法学科 准教授

武田 要 関西福祉科学大学保健医療学部 リハビリテーション学科理学療法学専攻 教授