



福島医大ふくしま子ども・
女性医療支援センター教授
高橋 俊文氏

二分脊椎症という先天性の病気があります。二分脊椎症は、脊髄が入っている脊椎管の一部が開放して脊髄に障害が生じる病気で、主に尻や腰（仙椎と腰椎）の部位に発生します。そのため、下半身の運動障害、排尿・排便の障害、知覚障害が起きます。生まれた時に診断される場合が多いですが、学童期や思春期になってから転びやすくなったり、尿を漏らすような症状で診断される二分脊椎症もあります。

国では毎年約五百人の発生が推定されています。二分脊椎症は「葉酸の欠乏」で起きることが知られています。「妊娠前から葉酸サプリメントを摂取すること」で二分脊椎症の予防に必要なのは、葉酸（ホウレンソウ、カボチャ、枝豆、ブロッコリー、アボカド）などに多く含まれています。しかしな

す勧告をしています。葉酸はレバーや緑黄色野菜（ホウレンソウ、カボチャ、枝豆、ブロッコリー、アボカド）などに多く含まれています。しかしながら、妊娠一カ月前から葉酸サプリメントを摂取する必要があります。神経管（脊髄の原基）の閉鎖が完了するのが妊娠六週（妊娠二カ月）です。この時期には、葉酸の利用率が障害とされている場合があります。主治医と相談してください。

妊娠前サプリメント摂取を

摂取すること」で二分脊椎症の約70%が予防可能であることが分かっています。

から、二分脊椎症の予防に必要な葉酸0・4mgを食事からすべて摂取することは容易ではありません。葉酸は水溶性のビタミンですので尿中に排泄されます。一日あたり1mg以上を超えなければ、葉酸サプリメントによる副作用はほとんどなく安全に摂取することができます。

行っている方は、葉酸の利用が障害とされている場合があります。主治医と相談してください。

厚生労働省はすべての妊婦を考慮している女性に對して、二分脊椎症の予防のため、一日あたり葉酸0・4mgの摂取を促

います。二分脊椎症の予防には、病院で妊娠の診断を受ける前から葉酸のサプリメントの摂取を行う必要があります。

妊婦はその半数が予期しない（計画しない）ものです。つまり、すべての妊娠可能性のある女性は葉酸摂取を普段から意識することが重要です。

二分脊椎症と葉酸摂取

二分脊椎症の頻度は分娩（ぶんべん）一万件あたり五〜六人で、日本全

二分脊椎症の赤ちゃん

次回は1月21日掲載