



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す。主にお尻や腰（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

妊娠前サプリ摂取を

国では毎年約五百人の発症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

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はいます。しかしな

二分脊椎症を予防するために、妊娠一カ月前以上からの葉酸サプリメント摂取が必要です。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。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。主治医と葉酸摂取について相談をしてください。

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・四ミリグラム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

で、それまでに十分な葉酸摂取が必要です。多くの妊娠した女性は、妊娠前から葉酸サプリメント摂取を開始して

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。主治医と葉酸摂取について相談をしてください。

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

厚生労働省はすべての妊婦を考えている女性に

対して、二分脊椎症の予防のため、一日あたり葉酸0・四ミリグラムの摂取を促

せつされます。一日あたり一ミリグラム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

が必要です。二分脊椎症の赤ちゃん

二分脊椎症と葉酸摂取

が必要です。

二分脊椎症の赤ちゃん

次回は1月21日掲載