のHIV感染妊娠の医療レベルの向上に寄与するものである。また産科的異常についてもHIV感染妊娠に特化した最適な診療基準を提示することで、妊娠中の様々な状況に即座の対応が可能となる。加えて、わが国には女性HIV感染者を対象として医療情報を提供する刊行物がなく、その意味からもわが国の現状に即して感染女性の生涯に渡る健康支援に言及した本マニュアル刊行は意義が大きい。(昨年度に改訂第7班を刊行した)

②HIV母子感染予防の普及・啓発活動：平成23年度に発刊した感染女性に特化した解説書「女性のためのQ&A第3版」(一般向け・医療者向け)を、新しい知見を加味して改訂した。また国民向け普及・啓発活動として「第21回AIDS文化フォーラムin横浜」と第4回AIDS文化フォーラムin京都」に参加し、HIV母子感染予防に関する市民公開講座を開催した。

③厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV検査相談の充実と利用機会の促進に関する研究」班(研究代表者：加藤慎吾)に協力し、保健所のHIV検査相談を利用した妊婦の実情に関する調査を行なった。調査の結果、妊婦健診でHIV判定保留となり心配、HIV検査を受けたが結果が不安、HIVスクリーニング検査陽性後の確認検査を保健所で受けるように勧められたなどの様々な理由から保健所で検査相談を利用している妊婦事例が少なからず存在することが明らかとなった。

## A. 研究目的

21世紀に入ってもなおHIV母子感染症例が散見されており、HIV母子感染ゼロの実現を目指した母子感染予防対策の周知徹底が急務である。また女性は妊娠・出産・育児など生物学的にも社会学的にも男性とは異なる生活史を育む。わが国で少数ながら増加傾向にあるHIV感染女性も、一般の女性と同等の社会生活が営まれて然るべきである。本研究では、予防可能な母子感染、即ち感染女性の妊娠・出産に関わる研究を中心に、わが国の現状に即した感染女性の生涯に渡る健康支援を目的とした研究を行う。

本研究の課題を以下に示す。

①「HIV母子感染予防対策マニュアル」の改訂：
平成11年度以降継続されているわが国唯一のHIV感染妊娠・小児HIV感染の臨床疫学研究は、毎年全国調査の結果を集積・解析することで問題点を抽出し、その対応を検討することで母子感染の防止に貢献してきた。全国調査の内容や国内外の最新情報を盛り込んだわが国独自の母子感染予防対策マニュアルは、経験の少ない実地臨床家にとって有益な診療指針である。日進月歩のHIV診療に対応するため、最新情報に基づいたマニュアルに刷新していく必要がある。

②HIV母子感染予防の普及・啓発活動：
「女性のためのQ&A」はじめ一般妊婦・HIV感染女性のそれぞれを対象とした解説冊子類を、最新情報を基に逐次改訂し、広く国民に対しHIV母子感染予防の啓発・普及を行う。また、HIVに関わる一般市民向けの企画に参加し、HIV母子感染予防に関する一般市民への啓発活動を行う。

③妊婦HIVスクリーニング検査偽陽性への対応:
数年来の懸案事項である妊婦HIVスクリーニング検査偽陽性への対策は、臨床現場が抱える喫緊の課題である。またスクリーニング検査法自体も、抗体検査が主体だった10年前から現在では抗原・抗体同時検査法に移行している。HIV妊婦スクリーニング偽陽性の現状につき再度調査を行い、その解析を基に現状に即した実行可能な対策も検討したい。
また、厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV検査相談の充実と利用機会の促進に関する

研究」班(研究代表者：加藤慎吾)に協力し、保健所のHIV検査相談を利用した妊婦の実情に関する調査を行なう。

以上が本研究分担班の研究目的である。

**B.** 研究方法

①「HIV 母子感染予防対策マニュアル」の改訂：

平成 24 年度には、改訂項目の検討、執筆者の選定などを行い、同時にHIV診療の最新情報の収集を行った。25年度にはこれらの新知見を基に「HIV 母子感染予防対策マニュアル」を改訂した。

②HIV母子感染予防の普及・啓発活動：

平成 23 年度に発刊した感染女性に特化した解説書「女性のためのQ&A第3版」(一般向け・医療者向け）を改訂する。

国民向け普及・啓発活動として、例年参加している「第21回AIDS文化フォーラムin横浜」と昨年度より参加している「第4回AIDS文化フォーラム in 京都」でHIV母子感染予防に関する市民公開講座を開催する。

③妊婦HIVスクリーニング検査偽陽性への対応:

全国の医療機関に対する妊婦HIVスクリーニング偽陽性の実態調査結果を基に、検査体制につき改善点を検討する。また、HIV スクリーニング偽陽性が妊婦に及ぼす不安などに関する現状調査結果を基に、具体的な支援体制につき検討する（大島班と共同研究)。また、保健所のHIV検査相談を利用する妊婦の厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV 検査相談の充実と利用機会の促進に関する研究」(研究代表者：加藤慎吾)に協力し、全国保健所を対象に、保健所のHIV検査相談を利用した妊婦の受検動機等に関する調査を行なう。

（倫理面への配慮）

調査研究に関しては、個人情報の守秘を遵守する。

**C.** 研究結果

①「HIV 母子感染予防対策マニュアル」の改訂：

「HIV母子感染予防対策マニュアル」第7版には、当研究班が継続している日本全国の疫学調査結果や国内外の新知見への改訂だけでなく、診療体制、スクリーニング偽陽性など当班の研究課題の成果も盛り込んだ。その項目を以下に記す。

Ⅰ．HIV 感染症の現状

A. 世界におけるHIV/AIDS の現状

B. わが国における HIV/AIDS の現状 平成24（2012）年エイズ発生動向 － 概 要－

1．結果

（1）HIV 感染者の報告数

① HIV 感染者

② AIDS 患者

（2）感染経路

① HIV 感染者

② AIDS 患者

（3）外国国籍報告

（4）推定される感染地域および報告地

2．まとめ

C. わが国におけるHIV 感染妊娠の現状

1．研究方法

（1）産婦人科小児科統合データベースの更新および解析

（2）産婦人科調査

（i）病院調査

（ⅱ）診療所調査
（ⅲ）小児科調査
（ⅳ）倫理面への配慮
2．成績
（1）HIV 感染妊婦の集計結果
（ⅰ）産科・小児科統合解析結果
（ⅱ）地域別・年次別分布
（ⅲ）国籍別・年次別分布
（ⅳ）妊婦転帰の年次推移
（2）HIV 母子感染予防対策の実施状況とその効果
（ⅰ）HIV 感染妊婦への抗ウイルス薬投与について
（ⅱ）HIV 母子感染率
（ⅲ）HIV 感染妊娠の転帰場所
（3）感染児 52 例の検討
（ⅰ）母子感染 52 例の年次報告数
（ⅱ）母子感染 52 例の都道府県別報告数
（ⅲ）母子感染 52 例の妊婦の国籍
（4）妊婦 HIV 抗体検査実施率（病院および診療所調査）

Ⅱ．HIV 母子感染予防対策
A．現時点での日本における HIV 母子感染予防の原則
B．妊婦 HIV 検査
1．妊婦 HIV 検査の意義
2．検査前の説明
（1）HIV 検査の現状
（2）妊婦 HIV 検査前の説明
3．検査結果の説明
（1）スクリーニング検査（一次検査）の結果が陰性の場合
（2）スクリーニング検査（一次検査）の結果が陽性の場合
（ⅰ）スクリーニング検査（一次検査）の陽性的中率が低いこと
（ⅱ）検査結果説明の実際
（3）確認検査が陽性の場合
（ⅰ）確認検査で陽性の妊婦に対する配慮
（ⅱ）告知の実際
（4）未受診妊婦における HIV 緊急検査の必要性
C．妊娠中の対応
1．HIV 感染妊婦の心理的な課題
（1）留意すべき HIV 感染妊婦の心理面の課題とその対応
（ⅰ）混乱や動揺
（ⅱ）一過性の反応としての精神状態の不安定さ
（ⅲ）感染に対する罪悪感や負い目
（2）支援の持ち方について
（ⅰ）長期的な視野での関わりの重要性
（ⅱ）患者の生き方（女性として）を踏まえて
（ⅲ）多文化の視点
（ⅳ）援助者自身の支援体制
2．HIV 感染妊婦に対する支援
（1）妊娠継続にかかわる自己決定の支援
（2）サポート形成
（ⅰ）病気を知っている支援者の獲得
（ⅱ）支援ネットワークの拡大
（ⅲ）経済基盤の確保（社会資源の活用）
（ⅳ）外国人に対する支援
参考：HIV/AIDS 医療体制における HIV 感染妊婦の受け入れについて

3．HIV 感染妊娠に必要な妊娠初期検査
4．抗ウイルス療法
（1）概説
（2）抗 HIV 薬の選択
（i）抗 HIV 薬による HIV 母子感染予防
（ii）抗 HIV 薬投与の基本
表 2　主に使用される抗 HIV 薬とその安全性
表 3　各種抗 HIV 薬の安全性：FDA（米国食品医薬品局）の基準　2010 年
（3）抗 HIV 薬の開始時期
（i）抗ウイルス薬を内服している HIV 感染者が妊娠した場合
（ii）抗ウイルス薬を内服したことがない（Antiretroviral naive）HIV 感染者が妊娠した場合
（iii）抗ウイルス薬を以前に内服していたが現在無治療の HIV 感染者が妊娠した場合
（4）抗ウイルス薬の中止の仕方
（5）特殊な状況
（i）B 型肝炎の合併
（ii）C 型肝炎の合併
（6）抗 HIV 薬投与後のモニタリングと対応
（i）治療効果と副作用のモニタリング
（ii）ウイルスコントロールが失敗した場合
（iii）注意が必要な薬剤
（iv）妊娠中の抗ウイルス薬投与時に考慮すべきこと
（v）服薬アドヒアランス育成に対する支援
表 5　HIV 感染妊婦に対するケアフローチャート
5．分娩時期と分娩方法
（1）分娩時期
（i）帝王切開術の時期に関する解説
（ii）分娩時期に関するこれまでの報告
（2）分娩方法
（i）経腟分娩を選択せざるを得ない場合
（ii）経腟分娩時の対応と注意点
6．切迫早産・前期破水時の対応
7．妊婦糖尿病（GDM）の対応
8．産科診療における注意点
（1）外来診療における合併症への注意点
（i）妊娠と HIV 感染の相互におよぼす影響
（ii）合併頻度の高い感染症
（iii）胎内感染のリスク
（2）看護上の注意点
（i）外来（妊婦健診など）での注意点
（ii）病棟（入院中）の注意点
（iii）病棟看護の実際
（iv）感染防止
（v）器材の消毒法の例
表 1　産科時の看護ケア・指導項目
表 2　産褥フローチャート
D．分娩時の対応
1．分娩時・帝王切開時に使用する薬剤
2．病棟での術前準備と術後ケア
（1）入院後（または入院前）
（2）手術前日
（3）手術当日
（4）術後ケア

3．実際の手術にかかわる留意点
（1）時間的余裕をもって臨む
（2）慣れた術式で行う
（3）ノータッチテクニック
（4）シミュレーション
（5）輸血に関して
（6）子宮収縮薬について
4．手術に必要な人員
5．手術時の防護具
6．手術時の準備
7．新生児の処置
（1）清拭の準備
（2）新生児の受け取り、処置
（3）胎盤計測、臍帯血採取
8．手術室の後片付け
参考　帝王切開手術でご出産の皆様へ
資料：HIV 感染症合併妊婦の帝王切開術クリティカルパスの参考例
E. 分娩後の対応
1．児への対応
（1）出生後管理の実際
（2）出生児への抗ウイルス薬の予防的投与
（i）AZT シロップ投与法
（ii）在胎 35 週未満の早産児に対する投与法
（iii）ATZ 投与による副作用
（iv）AZT 投与期間の短縮
（v）AZT を含めた併用療法（対象は正期産児のみ）
（3）Pneumocystis carinii (jiroveci) pneumonia：PCP の予防
（i）対象
（ii）方法
（4）新生児・乳幼児における診断基準
（i）検査時期
（ii）感染の診断
（iii）非感染の診断
（5）抗ウイルス薬に曝露した非感染児の追跡観察
（6）予防接種の進め方
（i）不活化ワクチンについて
（ii）生ワクチンについて
資料：HIV 感染症合併妊婦から出生した新生児クリティカルパスの参考例
2．母体への対応
（1）抗 HIV 療法
（2）母乳への対応
（i）止乳の必要性
（ii）止乳に使われる薬剤
（3）退院指導
（i）産後の性生活
①　性交の開始時期
②　避妊の必要性とその方法
（ii）服薬継続に関する支援
F. 未受診妊婦（いわゆる飛び込み分娩）の対応について（まとめ）
参考　日常生活に役立つコンドーム情報

Ⅲ. その他の関連する HIV 感染予防対策
A. 院内での感染予防対策
1．スタンダードプリコーション（標準予防策）
（1）手指衛生
（2）防護用具の適切な使用
（3）患者に使用した器具および器材の取り扱い
（4）患者環境の管理
（5）リネンの取り扱い
（6）血液媒介病原体の曝露予防（針刺し・切創対策）

2．汚染事故発生時の対応
血液・体液曝露事故（針刺し事故）発生時の対応
B. これから妊娠を希望する HIV 感染者への対応
1．妊娠前の HIV 感染者への対応
2．性交による HIV 感染を回避できる妊娠
（1）妻が HIV 感染者で夫が陰性の場合
（2）夫が HIV 感染者で妻が陰性の場合
3．HIV 感染女性診察上の注意点
（i）内科
（ii）婦人科
参考　HPV ワクチン、他の感染症の合併対策（梅毒　HBV　HCV）

Ⅳ．参考資料
A. 医療情報の入手先と支援団体
1．HIV/AIDS 関連のウェブサイト
2．ACC と各ブロック拠点病院のウェブサイト
3．支援団体紹介
4．エイズ派遣カウンセリング制度実施自治体一覧(平成 22 年 10 月末現在)
5．平成 25 年度 中核拠点病院相談事業実施期間一覧
6．外国人支援団体（通訳、電話相談）
B. HIV/AIDS 関連用語集
C. 妊婦 HIV 検査（一次検査）で結果が陽性だった方へ
D. 主な抗 HIV 薬の添付文書
E. 付録

改訂第７版を平成２６年３月に発刊し、全国のエイズ拠点病院、産科診療病院施設、小児科診療病院施設、保健所・保健センターなどへ送付した。今年度は、教育施設も含め関連各施設からの依頼に対応し追加送付している。

②HIV 母子感染予防の普及・啓発：

平成 23 年度に発刊した感染女性に特化した解説書「女性のための Q&A 第３版」（一般向け・医療者向け）を改訂に際しては、各年代別にその年代の特徴（起こりやすい疾患や社会生活のイベントなど）と陽性女性が抱える課題を一つの表にまとめることで、読者が HIV に感染しながら生活していくことがより易しく理解できることを目指した。また、医療者向け Q&A の改訂については、多くの医療者が実際の対応の際に Q&A(医療者向け)ではなく、さらに詳細に記載されている「母子感染予防対策マニュアル」を参考にしていることから、今年度の改訂作業は行わなかった。以下に項目を列記する。

目 次

Part 1 HIV 感染症について
Q１．　HIV 感染症はどのような病気ですか？
Q２．　どのような治療を行いますか?
Q３．　必要な診察や検査は何ですか？
Q４．　日常生活で注意することは何ですか？
Q５．　病気の感染を防ぐ方法はありますか？
Q６．　病気について伝えるメリットはありますか？
Q７．　仕事との両立は可能でしょうか？
Q８．　医療費はどのくらいかかりますか？
Part 2 女性のライフステージにおける特徴
Q９．　各ライフステージで気をつけることは何ですか？
Q10.　妊娠・出産はできるでしょうか？
Q11.　母子感染を防ぐにはどうすればよいのでしょうか？
Q12.　育児に関して知っておくべきことはありますか？

Q13.　妊娠・出産に役立つ社会資源はありますか？

Part 3 相談や情報収集ができる場所

Q14.　相談をしたり情報を得られる場所はありますか？

資料１ 支援団体紹介

資料２ ACC とエイズ治療拠点病院リスト

現在最終校正を行っており、平成 27 年 3 月には発刊、全国のエイズ拠点病院はじめ関係各機関に送付予定である。

また国民向け普及・啓発活動として、以下の公開講座を行った。

・第 21 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜. ◇テーマ：未来につなぐ新たな船出. ◇ 期間：2015 年 8 月 1 日（金）～8 月 3 日（日）. ◇場所：かながわ県民センター. タイトル「女性の健康について」

・第４回 AIDS 文化フォーラム in 京都. 日程 ：2015 年 10 月 4 日（土）～10 月 5 日（日）. 会場 ： 同志社大学 新町キャンパス 尋真館. タイトル「女性にとっての HIV 感染と性感染症～性感染症と HIV 陽性女性の妊娠出産、育児についてかんがえよう～」

横浜では、例年通り看護師、保健師、養護教諭、学生、母親など多職種から様々な年齢層の方々が約 20 名出席された。例年行っているグループディスカッションも大いに盛り上がっていた。また京都でも多数の出席が得られたが。参加者の多くは看護学科大学生だった。今後の活動により、一般市民の参加も増えることを期待したい。

③妊婦 HIV スクリーニング検査偽陽性への対応：

全国の医療機関に対する妊婦 HIV スクリーニング偽陽性の実態調査結果を基に、検査体制につき改善点を検討した。また、HIV スクリーニング偽陽性が妊婦に及ぼす不安などに関する現状調査結果を基に、具体的な支援体制につき検討した。

厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV 検査相談の充実と利用機会の促進に関する研究」班との協同調査結果によれば、「保健所における HIV 検査体制に関する全国調査」に回答した保健所 493 施設（回収率 85%）のうち、平成 24 年 1 年間に妊婦からの相談事例があった保健所は 38 箇所（8%）、また妊婦の検査事例があった保健所は 43 箇所（9%）であり、保健所で検査相談を受けた理由としては、パートナーからの感染不安など HIV 感染に対する心配によるものが多かったが、妊婦健診で HIV 判定保留となり心配で相談した事例、HIV 検査を受けたが結果が不安で再受検した事例、HIV スクリーニング検査陽性後の確認検査を保健所で受けるように勧められた事例なども見られた。

また、われわれ研究班が昨年度施行した全国の医療機関に対する妊婦 HIV スクリーニング偽陽性の実態調査結果によれば、HIV スクリーニング陽性妊婦を紹介される拠点病院などの専門施設の担当者の印象は、妊婦の反応として「ある程度落ち着いている」との回答が 76%を占めており、前回の調査（平成 19 年和田分担班での調査）と比較して今回は紹介妊婦の動揺の報告が減少していた。しかし一方で、全国の大多数（92%）の施設が、検査時の説明・対応に関わるマニュアルを希望していた。

両者を考え合わせると、ほぼ 100%の妊婦が検査を受検している現状で、ほとんどの妊婦 HIV スクリーニング検査は結果報告まで滞りなく進んでいるが、依然として少数と思われるが、産科施設が結果報告に苦慮するケースや、妊婦・家族が報告された結果に不安を感じるケースが存在していることが明らかとなった。

## D. 考察

①「HIV 母子感染予防対策マニュアル」の改訂：

平成 26 年 3 月に発刊した「HIV 母子感染予防対策マニュアル」第 7 版には、当研究班が継続している日本全国の疫学調査結果や国内外の新知見への改訂だけでなく、診療体制、スクリーニング偽陽性など当班の研究課題の成果も盛り込んでいる。全国のエイズ拠点病院、産科診療病院施設、小児科診療病院施設、保健所・保健センターなど関係各機関に送付している。

②HIV 母子感染予防の普及・啓発：

感染女性に特化した解説書の改訂版、「女性のための Q&A 第 4 版」は、平成 26 年刊行予定である。

「第 21 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜」および「第 4 回 AIDS 文化フォーラム in 京都」で一般市民向け公開講座を開催し、HIV 母子感染のみならず、HIV 感染症、さらには比較的身近な性感染症にまで話題を広げ、これらの啓発に努めた。残念ながら一般市民のこれらのキーワードに対する関心が高まってきた印象は依然として得られなかった。いろいろな工夫を加えながらも地道に継続し、決して絶やすことのないようにすることが肝要と思われる。

③妊婦 HIV スクリーニング検査偽陽性への対応：

妊婦 HIV スクリーニング検査実施率はほぼ 100%となったが、検査を行う医療者、検査を受検する妊婦のいずれもが 100%安心して行っているところまでは到達していない。少なくなったとはいえ検査結果報告による社会的問題をさらに減少するためには、妊婦 HIV 検査体制やスクリーニングも含めた陽性者の支援体制について、従来の検査マニュアルの改訂など具体的な改善策の検討も重要である。

## E. 結論

今年度は、①改訂した「HIV 母子感染予防対策マニュアル第 7 版」を関係機関からの依頼に応じて送付した。②HIV 母子感染予防の普及・啓発活動として、感染女性に特化した解説書の改訂版、「女性のための Q&A 第 4 版」を改訂中である。また「第 21 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜」、「第 4 回 AIDS 文化フォーラム in 京都」で市民公開講座を開催した。③保健所の HIV 検査相談を利用した妊婦の実情に関する調査結果、様々な理由から保健所で検査相談を利用している妊婦事例がいまだに少なからず存在することが明らかとなった。

## G. 研究発表

刊行物

1) 平成 26 年度厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業(エイズ対策実用化研究事業)「HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究」班・研究分担課題「わが国独自の HIV 母子感染予防対策マニュアルの作成・改訂及びその啓発・普及に関する研究」班：女性のための Q&A 第 4 版 ～あなたらしく明日を生きるために～：東京. 2015

1. 論文発表

(和文)

1) 辻麻理子，山本政弘，外川正生，井村弘子，和田裕一，塚原優己：HIV 母子感染児の告知支援に関する解析と対策の評価. 日本エイズ学会誌. 16(3)：176-184，2014

2) 塚原優己：第 4 章 治療と管理・対応 妊産婦と HIV 感染，母子感染. 最新医学別冊 新しい診

断と治療のABC 65 (満屋裕明編集) HIV感染症とAIDS改訂第2版. 最新医学社 231-243, 2014

3) 満屋裕明, 白阪琢磨, 高田昇, 塚原優己：Q&A形式 Case Study 妊娠7か月目のモデル・女優が職業のHIV陽性の若年女性への対応. HIV感染症とAIDSの治療. 5(2)：52-61, 2014

4) 塚原優己：脳性麻痺に至った子宮内感染（絨毛膜羊膜炎）の胎児心拍数モニタリングの特徴. 日産婦誌. 66 (9)：2197-2200, 2014

5) 塚原優己：Ⅱ. 産科から見た周産期感染症 5. 妊婦梅毒. 周産期医学第44巻増刊号周産期感染症2014. 44：64-70, 2014

6) 塚原優己：Ⅱ. 産科から見た周産期感染症 5. 妊婦のクラミジア感染症. 周産期医学第44巻増刊号周産期感染症2014. 44：101-106, 2014

7) 谷口晴記, 千田時広, 塚原優己：産科編Ⅶ 偶発合併症妊娠 HIV. 臨床婦人科産科2014増刊号 産婦人科処方のすべて すぐに使える実践ガイド. 68(4)：101-106, 2014

8) 山田里佳, 谷口晴記, 千田時広, 佐野貴子, 今井光信, 矢永由里子, 明城光三, 大島教子, 喜多恒和, 外川正生, 吉野直人, 和田裕, 稲葉憲之, 塚原優己：妊婦 HIV スクリーニング検査の偽陽性に関する検討 - 2004 年と比較して -. 日本エイズ学会誌 in press

2. 学会発表

1) 竹下亮輔, 喜多恒和, 杉山徹, 戸谷良造, 稲葉憲之, 和田裕一, 塚原優己：わが国の診療所および病院における妊婦 HIV スクリーニング検査の現状. 日本産科婦人科学会第66回学術講演会, 東京, 2014.4.19

2) 喜多恒和, 中西美紗緒, 箕浦茂樹, 松田秀雄, 高野政志, 桃原祥人, 佐久本薫, 太田寛, 稲葉憲之, 和田裕一, 戸谷良造, 塚原優己：わが国における HIV 感染妊娠の近年の動向. 日本産科婦人科学会第 66 回学術講演会, 東京, 2014.4.19

3) 谷口晴記, 山田里佳, 千田時広, 井上孝実, 蓮尾泰之, 林公一, 喜多恒和, 大島教子, 明城光三, 和田裕一, 稲葉憲之, 塚原優己：わが国独自の「HIV 母子感染予防対策マニュアル」改訂第7版について. 日本産科婦人科学会第66回学術講演会, 東京, 2014.4.19

4) 木所稔, 國吉香織, 清田直子, 横井一, 佐野貴子, 皆川洋子, 中田恵子, 竹田誠：ムンプスの国内サーベイランスネットワークの構築の試みと近年国内で流行するムンプスウイルスの分子系統学的解析. 第55回日本臨床ウイルス学会, 札幌, 2014.06.14

5) 山田里佳, 谷口晴記, 千田時広, 矢永由里子, 佐野貴子, 喜多恒和, 外川正生, 吉野直人, 大島教子, 明城光三, 稲葉憲之, 塚原優己：妊婦 HIV スクリーニング検査の偽陽性に関する調査 -2004 年と比較して. 第31回日本産婦人科感染症研究会, 神戸, 2014.6.07

6) 佐野貴子, 加藤真吾, 今井光信：保健所等無料 HIV 検査施設における HIV 検査相談の実施状況調査. 第73日本公衆衛生学会総会, 宇都宮, 2014.11.05

7) 近藤真規子, 佐野貴子, 椎野禎一郎, 今井光信、武部豊, 加藤真吾：日本における HIV-1 組換え型流行株（CRF）および孤立型組換えウイルス（URF）の新生. 第62回日本ウイルス学会学術集会, 横浜, 2014.11.10

8) 佐野貴子, 山田里佳, 矢永由里子, 近藤真規子, 塚原優己, 今井光信, 加藤真吾：保健所の HIV 検査相談を利用した妊婦の受検動機等に関する調査. 第28回日本エイズ学会学術集会・総会, 大阪, 2014.12.03

9) 杉浦敦, 喜多恒和, 藤田綾, 吉野直人, 外川正

生，塚原優己：最近5年間の HIV 妊娠とその背景に関する検討．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

10) 喜多恒和，吉野直人，外川正生，杉浦敦，藤田綾，高橋尚子，中西美紗緒，箕浦茂樹，松田秀雄，高野政志，桃原祥人，小林裕幸，佐久本薫，太田寛，石橋理子，大島教子，明城光三，戸谷良造，稲葉憲之，和田裕一，塚原優己：わが国における HIV 感染妊娠 857 例の臨床的疫学的検討．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

11) 田中瑞恵，細川真一，外川正生，葛西健郎，前田尚子，多和昭雄，榎本てる子，辻麻里子，井村弘子，塚原優己，松下竹次，菊池嘉，岡慎一：HIV 陽性妊婦から出生した児の長期予後に関する全国調査．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.05

12) 吉野直人，喜多恒和，高橋尚子，伊藤由子，杉山徹，竹下亮輔，外川正生，戸谷良造，稲葉憲之，和田裕一，塚原優己：妊婦 HIV スクリーニング検査実施率と他の感染症との比較．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

13) 近藤真規子，佐野貴子，椎野禎一郎，井戸田一朗，山中晃，岩室信也，吉村幸浩，立川夏夫，今井光信，武部豊，加藤真吾：日本で検出した HIV-1 組換え型流行株の解析．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

14) 井戸田一朗，星野慎二，佐野貴子，近藤真規子，金子典代：ハッテン場における HIV 感染リスク低減に向けた意識合同調査（第 2 報）．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

15) 須藤弘二，藤原宏，佐野貴子，近藤真規子，井戸田一朗，今井光信，長谷川直樹，加藤真吾：次世代シークエンサーを用いた HIV 感染時期推定法の研究．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

16) 須藤弘二，佐野貴子，近藤真規子，今井光信，加藤真吾：HIV 郵送検査に関する実態調査と検査精度調査（2013）．第 28 回日本エイズ学会学術集会・総会，大阪，2014.12.04

17) 竹下亮輔，吉野直人，喜多恒和，伊藤由子，杉山徹，外川正生，戸谷良造，稲葉憲之，和田裕一，塚原優己：我が国の病院における妊婦 HIV スクリーニング検査の現状と他のスクリーニング検査との比較．日本性感染症学会第 27 回学術大会，神戸，2014.12.07

3. 講演

1) 塚原優己：脳性麻痺に至った子宮内感染（絨毛膜羊膜炎）の胎児心拍数モニタリングの特徴．日本産科婦人科学会第 66 回学術講演会日本産婦人科医会共同プログラム 症例から学ぶシリーズ（1）産科医療補償制度原因分析委員会報告から．東京，2014.04.20

2) 平成26年度厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究」班．（研究代表者：塚原優己）：女性の健康について．第 21 回 AIDS 文化フォーラム in 横浜．横浜，2014.08.02

3) 平成26年度厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究」班．（研究代表者：塚原優己）：女性にとっての HIV 感染と性感染症－．性感染症と HIV 陽性女性の妊娠出産、育児に関して、現状を知り、1人の女性として考えよう。．第 4 回 AIDS 文化フォーラム in 京都．京都，2014.10.04

平成２６年９月１２日

各 保 健 所 長 様

厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業
HIV 検査相談の充実と利用機会の促進に関する研究
研究代表者　加藤真吾　（慶應義塾大学医学部）
研究分担者　今井光信　（田園調布学園大学）

厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業
HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究
研究代表者　塚原優己　（国立成育医療センター）

HIV 検査に関するアンケートの２次調査のお願い（依頼）

厚生労働省の研究事業につきましては、日ごろ格別のご協力を頂き厚くお礼申し上げます。

本年１月に全国保健所長会のご協力を得て行いました、「HIV 検査体制に関する全国保健所アンケート調査」の際には、大変お忙しい中にも関わらず、ご協力を頂き誠にありがとうございました。アンケート調査報告書は、ホームページ「HIV 検査・相談マップ」の「検査・相談担当者の方へ」ページ（http://www.hivkensa.com/tantousha/）に掲載されておりますので、ご一読いただければ幸いです。

今回、前述アンケートにおきまして、設問２．⑤H.および I.の妊婦からの HIV 相談事例あるいは受検事例があったと回答された保健所に２次調査へのご協力をお願いしたく思っております。

このたび厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事「HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究」班との協力で、保健所において HIV 相談・検査を受けた妊婦について、どのような経緯で相談・検査を受けるに至ったかを調査することにより、産婦人科医療機関での HIV 検査対応のあり方を検討する際の参考にしたいと思っております。

大変お忙しいところ恐縮ではございますが、別紙のアンケート用紙にご回答の上、平成２６年１０月１０日（金）までに、返信用封筒にてご返信いただけますようお願い申し上げます。

記

１　調査目的　　妊婦が保健所で HIV 相談・検査を受けた経緯を調査する。

２　調査票回答者　　保健所長 あるいは HIV 検査相談事業担当者

３　調査票回答期限　　平成２６年１０月１０日（金）

４　調査票回答方法

返信用封筒による郵送

宛先　〒253-0087　茅ケ崎市下町屋 1-3-1
神奈川県衛生研究所　微生物部　佐野貴子（アンケート集計担当）

（本調査に関する問い合わせ先）
下記メールにより今井光信宛にお願い致します。
Email:　kensahan@m10.alpha-net.ne.jp

平成26年度　厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業　HIV 検査相談機会の充実と活用に関する研究

平成26年度　厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業　HIV 母子感染の疫学調査と予防対策および女性・

# 保健所における妊婦の HIV 相談・検査に関する調査

このアンケートは、保健所・保健センターで HIV 相談・検査を受けた妊婦について、どのような経緯で相談・検査を受けたのかを調査することにより、産婦人科医療機関での HIV 検査対応のあり方を検討する際の参考にしたいと思っております。ご協力どうぞよろしくお願いいたします。
（アンケート集計結果は研究班の報告書としてまとめ、報告するとともに、学会・学会誌等に発表することがあります。原則として発表データは集計結果のみを使用し、個別の保健所が分かる形では特別に許可を得た場合を除き公表することはありません。）

保健所名：　　所属：

連絡担当者名：　　職種：医師 ・ 保健師 ・ 事務 ・ その他（　　）

連絡先：TEL　　FAX　　E-mail

＊平成25年1～12月の期間中に、妊婦で HIV/エイズの相談をされた方、あるいは HIV 検査を受けられた方についてお答えください。

＜ここでは、妊婦の HIV/エイズの『相談』事例について教えてください＞

1. 昨年 1 年間の妊婦の HIV/エイズに関する相談数を教えてください → （　　例）
2. 相談内容について教えてください。下記の当てはまる項目に丸をつけてください（複数回答可）。
   相談が複数例ある場合には各例について個別にお答えください。

**1例目**

（年代）　16～25 歳 ・ 26～35 歳 ・ 36～45 歳代 ・ 46 歳以上 ・ 不明
（国籍）　日本籍 ・ 外国籍 ・ 不明
（妊娠月数）　　ヶ月（　　週）・ 不明
（産科医療機関の受診）　あり ・ なし ・ 不明

① 妊娠したが HIV 感染が心配 →→ 心配な理由は？（　　）
② 他の性感染症に感染している →→ 性感染症の種類は？（　　）
③ 中絶を検討している
④ 医療機関から保健所に相談するように勧められた
　→→ 医師からどのような説明がされたのか分かりましたら教えてください。
（　　）
⑤ その他 →→ 具体的に教えてください。
（　　）

**2例目**

（年代）　16～25 歳 ・ 26～35 歳 ・ 36～45 歳代 ・ 46 歳以上 ・ 不明
（国籍）　日本籍 ・ 外国籍 ・ 不明
（妊娠月数）　　ヶ月（　　週）・ 不明
（産科医療機関の受診）　あり ・ なし ・ 不明

① 妊娠したが HIV 感染が心配 →→ 心配な理由は？（　　）
② 他の性感染症に感染している →→ 性感染症の種類は？（　　）
③ 中絶を検討している
④ 医療機関から保健所に相談するように勧められた
　→→ 医師からどのような説明がされたのか分かりましたら教えてください。
（　　）
⑤ その他 →→ 具体的に教えてください。
（　　）

→ 3例目からは別紙（相談）にお答えください。
→ 裏面 ＜HIV「検査」について＞に続きます。

＜ここでは、妊婦の HIV『検査』事例について教えてください＞

1. 昨年 1 年間の妊婦の HIV 検査数を教えてください → （　　例）
2. 検査を希望した理由を教えてください。下記の当てはまる項目に丸をつけてください（複数回答可）
   検査が複数例ある場合には各例について個別にお答えください。

1例目

（年代）　16～25 歳 ・ 26～35 歳 ・ 36～45 歳代 ・ 46 歳以上 ・ 不明
（国籍）　日本籍 ・ 外国籍 ・ 不明
（妊娠月数）　＿＿＿ヶ月 （＿＿＿週） ・ 不明
（産科医療機関の受診）　あり ・ なし ・ 不明
（パートナーの同伴検査）　あり ・ なし
（HIV/エイズ相談）　あり（相談事例＿＿＿例目と同一人物） ・ なし

① 妊娠したが HIV 感染が心配なため →→ 心配な理由は？（　　）
② 他の性感染症に感染していたため →→ 性感染症の種類は？（　　）
③ 医療機関で保健所に検査を行くように勧められたため
　→→ どのような説明がされたのか分かりましたら教えてください。
（　　）
④ 医療機関では検査は有料であるが保健所では無料なため
⑤ まだ医療機関に受診していないため
⑥ 検査を受けたいがどこで受けたらよいのか分からないため
⑦ 妊娠後の性交渉による新たな HIV 感染が心配なため
⑧ 中絶を検討しているため
⑨ その他 →→ 具体的に教えてください。
（　　）

2例目

（年代）　16～25 歳 ・ 26～35 歳 ・ 36～45 歳代 ・ 46 歳以上 ・ 不明
（国籍）　日本籍 ・ 外国籍 ・ 不明
（妊娠月数）　＿＿＿ヶ月 （＿＿＿週） ・ 不明
（産科医療機関の受診）　あり ・ なし ・ 不明
（パートナーの同伴検査）　あり ・ なし
（HIV/エイズ相談）　あり（相談事例＿＿＿例目と同一人物） ・ なし

① 妊娠したが HIV 感染が心配なため →→ 心配な理由は？（　　）
② 他の性感染症に感染していたため →→ 性感染症の種類は？（　　）
③ 医療機関で保健所に検査を行くように勧められたため
　→→ どのような説明がされたのか分かりましたら教えてください。
（　　）
④ 医療機関では検査は有料であるが保健所では無料なため
⑤ まだ医療機関に受診していないため
⑥ 検査を受けたいがどこで受けたらよいのか分からないため
⑦ 妊娠後の性交渉による新たな HIV 感染が心配なため
⑧ 中絶を検討しているため
⑨ その他 →→ 具体的に教えてください。
（　　）

→→3例目からは別紙（検査）にお答えください。

◇妊婦の相談・検査対応についてお困りのことや研究班で対応して欲しいことがありましたら余白にご記入下さい。

ご協力ありがとうございました。

2015年3月発行

編集・発行

平成26年度厚生労働科学研究費補助金エイズ対策事業（エイズ対策実用化研究事業）
「HIV母子感染の疫学調査と予防対策および女性・小児感染者支援に関する研究」班／研究代表者：塚原優己

執　筆　者

塚原　優己（国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター産科）
谷口　晴記（三重県立総合医療センター産婦人科）
大金　美和（国立国際医療研究センターエイズ治療・研究開発センターケア支援室）
渡邉　英恵（国立病院機構名古屋医療センター看護部）
源　名保美（国立国際医療研究センター看護部）
羽柴知恵子（国立病院機構名古屋医療センター外来）
廣瀬　紀子（山梨県立中央病院医療安全管理室）
五反田弥恵（国立病院機構仙台医療センター母子医療センター）
矢永由里子（慶應義塾大学医学部感染制御センター）
塩田ひとみ（国立国際医療研究センターエイズ治療・研究開発センター）

執筆協力

井上　孝実（医療法人葵鐘会ローズベルクリニック）
山田　里佳（愛知厚生連海南病院産婦人科）
源河いくみ（医療法人社団ミッドタウンクリニック東京ミッドタウンクリニック内科）
千田　時弘（紀南病院産婦人科）
高田知恵子（秋田大学教育文化学部）
今井　光信（田園調布学園大学人間福祉学部社会福祉学科）
佐野　貫子（神奈川県衛生研究所微生物部）
松岡　　恵（杏林大学保健学部看護科）
喜多　恒和（奈良県総合医療センター周産期母子医療センター／産婦人科）
外川　正生（大阪市立総合医療センター小児医療センター小児総合診療部・小児救急科）

問い合わせ先

〒157-8535 東京都世田谷区大蔵2-10-1
国立成育医療研究センター周産期・母子診療センター産科　塚原優己

# 女性のための Q&A

第4版

貴女らしく
明日を生きるために

# はじめに

このたび，新しい知見などに基づき『女性のためのQ&A—貴女らしく明日を生きるために』を改訂いたしました．

ご存知の方も多いと思いますが，我が国では陽性者の8割以上は男性です．そのため，治療や生活についての解説書は，ほとんどが男性陽性者を想定して書かれています．しかし，男性と女性とでは，生活上の注意点も必要な情報も当然違いますから，本来は陽性女性に対しては女性の視点に立った解説書が必要です．そこで我々は，病気や治療の解説だけでなく，妊娠・出産・育児など女性のさまざまなライフステージに即した情報を盛り込んだ，女性のための冊子を作りました．

今回の改訂でめざしたのは，一人ひとりがご自分の人生設計の中で仕事や子育てと治療・身体管理が両立できるように，問題解決の方法を提供することです．病気と上手に付き合いながら，家庭で，社会で，あなたらしく日々の生活を営んでいただきたい．この冊子でそのお手伝いができたら幸いです．

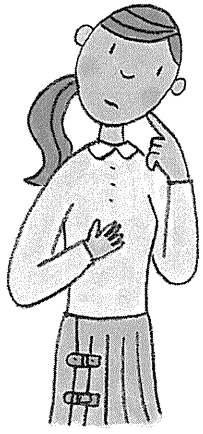
塚原優己

SPECIAL THANKS
＊この冊子を作るにあたり，多くの方から日常生活で工夫していることや体験談などをうかがい，掲載させていただきました．ご協力くださいました方々に深く感謝の意を表します．

# 目次

Part 1 HIV感染症について
Q1．HIV感染症はどのような病気ですか？ ・・・・・・・・・ 2
Q2．どのような治療を行いますか？ ・・・・・・・・・・・ 4
Q3．必要な診察や検査は何ですか？ ・・・・・・・・・・・ 6
Q4．日常生活で注意することは何ですか？ ・・・・・・・・ 8
Q5．病気の感染を防ぐ方法はありますか？ ・・・・・・・・ 10
Q6．病気について伝えるメリットはありますか？ ・・・・・ 11
Q7．仕事との両立は可能でしょうか？ ・・・・・・・・・・ 12
Q8．医療費はどのくらいかかりますか？ ・・・・・・・・・ 12
Part 2 女性のライフステージにおける特徴
Q9．各ライフステージで気をつけることは何ですか？ ・・・・ 14
Q10．妊娠・出産はできるでしょうか？ ・・・・・・・・・・ 16
Q11．母子感染を防ぐにはどうすればよいのですか？ ・・・・・ 18
Q12．育児に関して知っておくべきことはありますか？ ・・・・ 23
Q13．妊娠・出産に役立つ制度はありますか？ ・・・・・・・ 24
Part 3 相談や情報収集ができる場所
Q14．相談をしたり情報を得られる場所はありますか？ ・・・・ 26
資料1 支援団体紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 27
資料2 ACCとエイズ治療拠点病院リスト ・・・・・・・・・・ 28

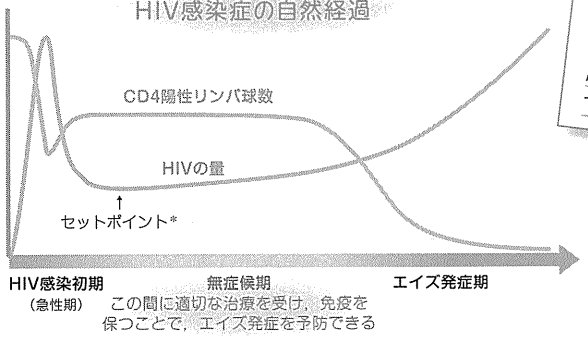
# Q1 HIV感染症は どのような病気ですか?



## HIV感染症

HIV (human immunodeficiency virus=ヒト免疫不全ウイルス) に感染している状態を指します. HIVは免疫機能を破壊し, 病気にかかりやすくするウイルスで, 血液・精液・膣分泌液・母乳を介して感染します. 日本での感染の大部分は性行為 (同性間・異性間の両方) によるものです. 女性の場合は,ほとんどが男性との性行為で感染しています.

HIV感染症にかかると, HIVはゆっくりと体内で増殖し, 免疫機能を破壊していきます.




免疫とは,
からだに入った細菌やウイルスなどを排除して, からだを健康に保つ機能のことです.

*セットポイント : HIVは体に入ると急激に増殖し, 1か月ぐらいから免疫の働きで減りはじめ, 6か月を過ぎたころから, それ以上減らなくなる. この時点をセットポイントと呼ぶ.

### 進行予測の指標=血中ウイルス量 (HIV-RNA量)

セットポイントでのウイルス量が多いほど病気の進行が速いといわれています.
治療開始の判断や抗HIV薬の効果判定の指標としても利用されます.

### 免疫力の指標=CD4陽性リンパ球数

CD4は白血球のひとつで, 細菌やウイルスを攻撃する司令官の役目を担い, 免疫全体を調整しています. HIVが増殖するとCD4が破壊され, 数が減ります. CD4数が200/μl以下になると, いろいろな日和見感染症にかかりやすくなります.

### 日和見感染症とは

免疫力が弱まると, 健康な時には抑え込まれていた体内の細菌やウイルスが暴れだし, さまざまな病気を引き起こします. このような病気を日和見感染症といいます.

## エイズ

エイズ (AIDS: acquired immunodeficiency syndrome=後天性免疫不全症候群) とは, HIVのために免疫力が落ちてきて, エイズ発症の指標として指定されている23種類の日和見感染症のどれかを発症した状態を指します.

# Q2 どのような治療を行いますか?

HIVの増殖を阻止するために，毎日，抗HIV薬を服用します．内服する抗HIV薬は1種類ではなく，効き方の異なる数種類の抗HIV薬を組み合わせます．この治療法を多剤併用療法（ART: antiretroviral therapy）と呼びます．

## 治療がはじまる時期

治療開始時期は，抗HIV療法ガイドライン*に基づき，CD4陽性リンパ球数や下記の項目などによって決めます．

あなたが，

- CD4<500/μl
- エイズを発症している
- 妊娠している
- HIV腎症である
- B型肝炎の治療が必要
- 神経学的合併症がある

のいずれかにあてはまる場合には治療開始となります．

これらに該当せず，かつCD4陽性リンパ球数が500/μl以上の場合でも，治療開始を推奨する専門家もいます．

治療開始のタイミングについて主治医とよく相談しましょう．

＊日本エイズ学会HIV感染症治療委員会：HIV感染症「治療の手引き」第18版．2014年12月発行．http://www.hiv.jp.org/



## 治療成功のためには「確実な内服」が重要

抗HIV薬の内服は生涯にわたって続きます．飲み忘れると薬の血中濃度が下がり，HIVが増殖したり，今飲んでいる薬に対して耐性ウイルス（薬の効かないウイルス）を生じる危険性があります．HIV感染症の治療で大切なことは「確実な内服」です．

治療を開始する前に，定期受診できる生活環境や医療費対策を整えたり，身近な応援者を見つけておくことが，内服を継続するヒケツです．

あなた自身が治療内容を理解し，治療方針の決定に積極的に参加することも大切です．

## 飲み合わせに注意しましょう

薬やサプリメントには，飲み合わせによって他の薬の効き目を弱くしたり，副作用を強くするものがあります．他の病院で処方された薬やサプリメントを飲む場合には，医師に伝えましょう．

抗HIV薬はいくつかありますが，初回治療の開始時の薬は飲みやすさや効き目など，条件が一番良いものを選んでいます．つぎつぎと薬を変えたりせずに，最初の薬の組み合わせを大切に薬剤の変更は慎重に検討しましょう．

# Q3 必要な診察や検査は何ですか?

HIV感染症の定期検査では，1～3か月ごとに採血してCD4陽性リンパ球数，HIV-RNA量を調べます．

また，HIVに感染するといろいろな病気にかかりやすくなりますが，その中には重症化したり，治りにくくなるものがあります．女性に多い病気もあります．そのため，HIV診療の初期にいくつかの検査を受け，これらの病気を早期発見・早期治療することが大切です．中には定期的に受けたほうが良い検査・検診もあります．

それぞれの検査・検診の目的を理解して，必要なものは受けるようにしましょう．

| | 産婦人科 | | | 眼科 | 歯科・口腔外科 |
|---|---|---|---|---|---|
| | 血液検査 | 子宮頸がん検診 | 性感染症の検査 | 眼底検査 | 歯科検診 |
| 検査対象 | B型肝炎，C型肝炎，梅毒，赤痢アメーバ，トキソプラズマ，サイトメガロウイルスなど． | 子宮頸がん，ヒトパピローマウイルス（HPV）（必要に応じて） | 性器ヘルペス，クラミジア，トリコモナス腟炎，淋菌，腟外陰部カンジダ症，尖圭コンジローマなど | サイトメガロウイルス網膜炎 | 虫歯，歯周病など |
| 検査時期 | 初診時または受診早期に行う．その後，必要に応じて行う． | 初診時または受診早期．その後は定期的（半年～1年に1回）に受けるとよい．（結果によっては検査間隔が短くなる場合あり） | おりものの量や色に変化があったり，陰部のかゆみなど自覚症状のある場合や症状がなくてもパートナーがこれらの病気にかかっている場合など． | 初診時または受診早期．その後は免疫の状態により検査の間隔が違います． | 年1～2回 |
| 説明 | ・日和見感染症や，HIV感染症と共通の感染ルートをもつ他の性感染症にかかっていないかを検査します．<br>・もし他の病気が見つかれば，早期に治療して重症化を防いだり，病状をコントロールして抗HIV治療の開始に備えます．<br>・肝炎の有無は，肝炎そのものの治療だけでなく，抗HIV薬の選択をする際にも必要な情報です． | ・子宮頸がんの原因の多くは，ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染によるものです．<br>・HIV陽性の女性はHIV陰性の女性に比べてHPVに感染しいやすいため，子宮頸がん検診を受けて早期発見・早期治療を行うことが重要です． | ・HIVと同じ感染ルートでかかっている可能性があります．<br>・初期に症状がないものが多く，また，繰り返し発症することもありますので，検査を受けて治療することが大切です． | ・サイトメガロウイルス（CMV）には成人の90%以上が感染しています．<br>・普段はおとなしいウイルスですが，免疫が低下すると網膜炎や肺炎などを引き起こします．<br>・定期的に眼底検査をすることで，早期発見・早期治療し，病気の悪化を防ぐことができます． | ・虫歯や歯周病などは早めに治療することをおすすめします．<br>・歯科で使用する薬と抗HIV薬の併用には注意が必要なものもあるので，かかりつけの歯科にはHIV感染について伝えておきましょう．<br>・歯科受診を希望する方は，医療スタッフに相談してみましょう． |

# Q4 日常生活で注意することは何ですか?

## 健康管理

- 体調の変化は，ノートなどに記録してみましょう．
- 体調に変化がみられたら，医療スタッフに相談しましょう．
- 休日や夜間の連絡方法を医療スタッフに聞いておくとよいでしょう．

**体調変化の例**

## こころの健康管理

生活の中で，これから先を不安に感じたり，悩んだりすることもあるかもしれません．自分らしさを失わず，病気とつきあっていくために，こころの健康にも目を向けましょう．

### ＜チェックしてみましょう＞

ときどきチェック項目にそって自分の状態を確認してみましょう．
あてはまる項目があったら医療スタッフに相談してください!

- ☐ 睡眠が十分に取れていない．
- ☐ 食事の量が減ってきた．
- ☐ 疲れがなかなか取れない，元気が出ない．
- ☐ 起床時間や就寝時間が一定しない．
- ☐ 日常生活が不規則になっている．
- ☐ 友人や家族に連絡したり，会うことがなくなった，少なくなった．
- ☐ 日常生活がつまらない，日常生活の中に楽しみがない．
- ☐ 好きなことに集中できない，楽しめない．
- ☐ 自分の時間が持てない．
- ☐ 困ったことが起きたときに，自分では解決できない．
- ☐ 以前は気にならなかったことが，最近は不安に感じることがある．
- ☐ 気持ちの波が大きくなっているように感じる．
- ☐ 涙もろくなってきた．

# Q5 病気の感染を防ぐ方法はありますか？

- HIVは血液や精液，膣分泌液などに含まれています．
- 自分自身を他の感染症から守るために，自分の体を傷つけないように，また，他者への感染を防ぐために，体液などが他の人の粘膜や傷口に触れないようにしましょう．

## 性行為

- 感染を防ぐためにコンドームの使用が有効です．セックスをする時は，いつでも効果的に使用できるようにしておきましょう．
- コンドームの使用は，他人へのHIV感染を予防するだけではなく，あなた自身の性感染症予防にも効果的です．避妊効果もあります．
- 避妊のためにピルを服用する方がいますが，感染予防には効果がありませんのでご注意ください．

## 血液の取り扱い

- 月経血の付いた下着類は，塩素系漂白剤に浸した後，通常通り洗濯をすればよいでしょう．
- 生理用ナプキンなどの血液の付いた物を捨てる時は，ビニール袋に入れて口をしばって捨てましょう．小さなお子さんがいる場合は，お子さんが血液の付いたものに触れないように，とくに注意しましょう．
- かみそり，歯ブラシなどの共用はやめましょう．

## こうしたことではHIVは感染しません！

- せき・くしゃみ
- 涙・汗
- 風呂・プール
- 理容・美容室
- トイレ
- 同じ鍋をつつく
- コップの回し飲み
- 蚊など



# Q6 病気について伝えるメリットはありますか？

病気のことを身近な人に打ち明けるのは，とても勇気のいることだと思います．ですが，家族や身近な人があなたの病気のことを理解し，協力してくれれば，あなたにとって，とても心強く，また，プラスになるでしょう．

## ○パートナー

パートナーもまた，HIVに感染している可能性があります．感染について伝え，検査をすすめることは，パートナーの健康を守るためにとても重要です．
今後の性生活における感染予防について，妊娠・出産・育児について，二人の将来に関わる生活設計について，二人で話し合うことが重要です．

## 家族

日常生活で感染することはありません．しかし，あなたのことをよく知る家族は，これからの生活の中で，力強いサポーターとなってくれるかもしれません．
急いで結論を出すことはありませんが，あなたの気持ちが落ち着いたときに，病気を伝えるか考えてみることをおすすめします．

## ○友人

正しいHIVの知識をみんなが持っているとは限りません．もしかすると，あなたの話をなかなか受け止められないこともあるかもしれません．
ですが，あなたの話を理解し，とてもよい相談相手になることもあります．
あせらずゆっくり考えてみましょう．

★誰に病気を伝える場合でも，まず，あなた自身の気持ちが落ち着いていることが大切です．
★また，あなたが希望するなら，家族やパートナーに伝える際に，医療スタッフが病気や治療の説明をして，協力することができます．