

表 プレコンノート 21 項目と各国ガイドラインの項目との対比

CDC, 2006 (USA)	CDC, 2020 (USA)	WHO, 2013		Public Health Agency of Canada, 2019 (Canada)	RANZCOG, 2021 (Australia & New Zealand)	プレコンノートの 21 項目									
葉酸欠乏	毎日 400 μg の葉酸 摂取	栄養状態	鉄分と葉酸の補給 食塩へのヨウ素添加	健康な妊娠の ための準備	栄養	葉酸とヨウ素の補給	葉酸								
			栄養状態のモニタリング 貧血と糖尿病のスクリーニング 情報、教育、カウンセリング エネルギーや栄養価の高い食品の補給 糖尿病の管理 (糖尿病患者のカウンセリングを含む)			健康な妊娠の ための準備	健康的な体重	健康的な体重/栄養/運動	栄養						
肥満	健康的な体重に到 達し、維持する		運動の促進						健康的な体重	適正体重					
			年齢に応じた包括的な性教育およびサービスの提供 個人、グループ、地域レベルの行動的介入を通じた安全な性行 為の実践の促進 STI と望まない妊娠に対する二重の保護のためのコンドーム使用 の促進 コンドームへのアクセス向上の確保 STI のスクリーニング 治療やその他の関連する医療サービスへのアクセスの増加						健康な妊娠の ための準備	ワクチンで予防できない感染症	ワクチン	感染症/避妊			
			家族計画 安全な性行為の実践と(コンドームによる)避妊およびSTI 対 策のための二重法の推進 男性パートナーの検査を含む、医療従事者主導の HIV カウンセ リングと検査 予防のための抗レトロウイルス療法と曝露前予防の実施 男性割礼の提供 母子感染予防のための抗レトロウイルス療法を受けられない、 または受けていない女性に対する薬の提供 生涯抗レトロウイルス療法を受ける権利の確立									健康な妊娠の ための準備	予防接種と感染症(健康な妊娠 のための準備)	ワクチン	ワクチン
B型肝炎	かかりつけ医に受 診するー予防接種 (注射)	風疹の予防接種 破傷風・ジフテリアの予防接種 B型肝炎ワクチン接種	健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用										喫煙
風疹抗体の陰性		女性および少女のたばこ使用に関するスクリーニング 簡単な禁煙アドバイス、薬物療法(可能であればニコチン置換 療法を含む)および集中的な行動療法カウンセリング すべての非喫煙者(男女)のスクリーニングと、受動喫煙の 害・妊婦と胎児への有害な影響についての助言				健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用							飲酒
喫煙	喫煙、特定の薬物 使用、過度の飲酒 をやめる	薬物使用のスクリーニング 必要に応じて簡単な介入と治療を行う 薬理的および心理学的介入を含む薬物使用障害の治療 薬物使用障害を持つ家族に対する家族計画支援の提供(産後お よび妊娠間を含む)													健康な妊娠のた めの準備
アルコール乱用									健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用				
												健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用	
			健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用										
						健康な妊娠のた めの準備	精神作用物質の 使用	喫煙、アルコール、薬物使用							
															健康な妊娠のた めの準備

荒田分担報告書 添付文書3

			青少年における物質使用を減らすための予防プログラムの確立 環境ハザードと予防に関するガイダンスと情報提供				
	有害物質を避ける	環境衛生	職業上、環境上、医療上の不必要な放射線被爆からの保護 不必要な農薬の使用を避ける／農薬の代替品の提供 鉛への曝露からの保護 魚に含まれるメチル水銀のレベルについて出産適齢期の女性へ 情報提供 改良型ストーブやクリーンな液体・気体燃料の使用促進	健康な妊娠の ための準備	環境ハザードと有害物質	移動・環境リスク 健康な環境	・有害物質
インテルチノイン* 抗てんかん薬 糖尿病（妊娠前） 甲状腺機能低下症 母体フェニルケトン 尿症 経口抗凝固薬	かかりつけ医に受 診するー健康状態			健康な妊娠の ための準備 慢性疾患を持つ 女性	薬物療法 高血圧 糖尿病 甲状腺疾患 痙攣性疾患 喘息 HIV 慢性肝炎ウイルス	臨床的アセスメント 医薬品の使用	持病
		遺伝子の状態	遺伝的疾患の危険因子を特定するための家族歴 家族計画 遺伝カウンセリング キャリア・スクリーニングおよび検査 遺伝的疾患の適切な治療 高リスクの集団における地域全体または全国規模のスクリー ニング	健康な妊娠の ための準備	遺伝歴・家族歴	遺伝・家族歴	生活習慣病/が ん/婦人科
	家族の健康歴を知 る かかりつけ医に受 診するーライフス タイルと行動			健康な妊娠のた めの準備	リプロダクティブヘルスに関す る健康歴 健康診断	健康歴 推奨されている生活習慣	
				健康な妊娠の ための準備	口腔衛生		歯科
	精神的な健康を手 に入れる	メンタルヘルス	心理社会的問題の評価 妊娠前と妊娠中の教育的・心理社会的カウンセリングの提供 妊娠を計画している女性やその他の妊娠可能な年齢の女性に対 するカウンセリング、治療、うつ病の管理 地域社会のネットワークの強化と女性のエンパワーメントの推 進 出産適齢期の女性の教育へのアクセス改善 妊娠可能な年齢の女性の経済的不安の軽減	健康な妊娠の ための準備	メンタルヘルスと病気		ストレス
	暴力を受けたとき の相談窓口	対人暴力	デートDV防止のための健康増進 男女平等、人権、性的関係を扱う年齢相応の包括的な性教育の 提供 経済的地位の向上、男女平等、地域社会の動員活動を組み合わ せ、連携させる 女性に対する暴力の兆候の認識	健康な妊娠の ための準備	パートナーからの暴力		(DV相談)

荒田分担報告書 添付文書3

			暴力の被害者に医療サービス（レイプ後のケアを含む）の紹介、心理・社会的支援を提供					
	計画を立てて行動する		飲酒に関する個人的・社会的規範の変更、問題飲酒者のスクリーニングとカウンセリング、アルコール使用障害者の治療	妊娠をめぐる意思決定	リプロダクティブ・ライフ・プラン		人生デザイングラフ	
	準備ができたら-妊娠の計画				用語と意思決定 妊娠前の女性と意思決定			
				家族を中心としたプレコンセプションケア			(プレコンセプションケアとは)	
				健康の決定要因				
				プレコンセプションケアの提供場所	学校と家庭			
					職場			
					地域社会 メディア プライマリケア			
		不妊症/不育症	不妊症や不育症、その予防可能な原因、予防不可能な原因に対する認識と理解 不妊症に対する偏見や憶測の打破 妊娠を試みてから6~12ヶ月経過したカップルのスクリーニングと診断、および過去のSTIを含む不妊/不育症の根本原因の管理 予防可能な不妊症・不育症と診断された個人・カップルへのカウンセリング	特定のニーズのある女性	母体の高年齢/出産が遅くなっている			
		女性器切除 (Female Genital Mutilation: FGM)	少女とその両親および/またはパートナーと話し合い、その習慣を思いとどまらせること 合併症を発見するため、女性や少女にFGMのスクリーニングを行う FGMの合併症について、また治療へのアクセスについて女性とカップルに知らせる 妊娠前または妊娠初期に、切除または縫合された少女と女性の生殖器の開放を実施する		生殖補助医療			多様性
						思春期 LGBTQの人々		
						FGMを経験した女性		
							基礎体温 月経 生物学的な男女の違い	
		早すぎる妊娠、望まない妊娠、急激な連続妊娠	少女を学校に通わせる 早婚や性行為の強要を助長する文化的規範に影響を与える 年齢に応じた包括的な性教育の提供 青少年に対する早期妊娠の予防と避妊のための避妊具の提供、地域社会の支援構築 強制的な性行為に抵抗できるよう少女たちのエンパワメント ジェンダーに基づく暴力と強制性交に関する規範と慣行を批判的に評価するため、男性や少年を巻き込む 女性や夫婦に、短い出産間隔をもたらす赤ちゃんと母親への危険について教育					

*イソトレチノイン：尋常性痤瘡の治療薬として使用される。

図「プレコンノート」の 21 の介入項目

5つのプレコンAction

できるものからひとつずつ行ってみましょう。

Action1 今の自分を知ろう(P6-9)

生物学的な男女の違い

多様性

適正体重

運動

ストレス

基礎体温

Action2 生活を整えよう(P10-11)

栄養

葉酸

危険ドラッグ

喫煙

飲酒

Action3 検査やワクチンを受けよう(P12-13)

感染症

ワクチン

生活習慣病

がん

Action4 かかりつけ医を持とう(P14-15)

婦人科

月経

避妊

歯科

持病

Action5 人生をデザインしてみよう(P16-17)

人生デザインシートを書いてみよう

参考文献

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2006). Recommendations to Improve Preconception Health and Health Care --- United States A Report of the CDC/ATSDR Preconception Care Work Group and the Select Panel on Preconception Care. MMWR;55(6):1-23. Retrieved from: <https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5506a1.htm> [Accessed May 6, 2022].
2. World Health Organization (WHO). (2012). Preconception care: Maximizing the gains for maternal and child health [Policy brief]. Retrieved from https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/preconception_care_policy_brief.pdf [Accessed May 6, 2022].
3. Public Health Agency of Canada. (2019). Family-centered maternity and newborn care: National Guidelines. Chapter 2. Preconception Care. Retrieved from: <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/healthy-living/maternity-newborn-care/maternity-newborn-care-guidelines-chapter-2-eng.pdf> [Accessed May 6, 2022].
4. The Royal Australian and New Zealand College of Obstetrics and Gynaecologists (RANZCOG). (2021). Pre-pregnancy Counseling. Retrieve from: [Pre-pregnancy-Counseling-\(C-Obs-3a\)-Board-approved-March-2022.pdf \(ranzcog.edu.au\)](https://www.ranzcog.edu.au/~/media/RANZCOG/PDF/Pre-pregnancy-Counseling-(C-Obs-3a)-Board-approved-March-2022.pdf) [Accessed May 6, 2022].
5. Robbins CL, Zapata LB, Farr SL, Kroelinger CD, Morrow B, Ahluwalia I, D'Angelo DV, Barradas D, Cox S, Goodman D, Williams L, Grigorescu V, Barfield WD; Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2014). Core state preconception health indicators - pregnancy risk assessment monitoring system and behavioral risk factor surveillance system, 2009. MMWR Surveill Summ;63(3):1-62.