

はじめに

アルコールは適度に摂取すると、リラックス効果が得られ、血行が促進するなどが挙げられています。

しかし、妊娠を希望する夫婦にとって、過度の飲酒は影響を及ぼす可能性があることは、あまり知られていません。

では、アルコールの摂取により実際にどのような影響があるのでしょうか。

アルコールが男性に及ぼす影響

適量のアルコールは性的興奮を高めるといわれていますが、大量に摂取すると、一時的にインポテンツになってしまいます。これは勃起不全を起こす神経の神経反射が、アルコールによって抑制される為と考えられています。

しかし、このインポテンツは一時的なものですから、酔いがさめると元に戻ります。

また、時々アルコール依存症の人に、性欲減退やインポテンツが見られることがあります。この障害の程度はそれほどひどいものではありませんので、大体、お酒をやめることさえ出来れば回復するようです。

無月経になることがある女性のアルコール依存症

アルコール依存症の女性では、無月経が起こることがあります。無月経が長い間続くとエストロゲンという女性ホルモンが低下して、膣内が乾燥し性交痛が起こると考えられます。

また、アルコール依存症では精神的障害が起こっていることがあり、心理的にもオーガズムが阻害されることが多いようです。

アルコールが与える胎児への影響

アルコールを妊婦が飲むと胎児性アルコール症候群 (fetal alcohol syndrome : FAS) という症状を引き起こすとされています。

これは、アルコール依存症の妊婦から多彩な奇形を伴う先天異常児が生まれていることが報告され、胎児性アルコール症候群と呼ばれるようになりました。胎児性アルコール症候群は、目、耳、鼻、口、心臓、腎臓、性器、皮膚、脳などに様々な異常がある胎児で、アルコール依存症の妊婦さんの半数から出生するとされています。

しかし、女性がアルコール依存症であっても妊娠前に断酒すれば、アルコールの赤ちゃんに対する影響は少ないとされています。

卵子について受精卵の着床した後にはアルコールの影響がありますが、受胎までは安全と考えられます。

ところで、飲酒していない女性と飲酒した男性との間で妊娠した赤ちゃんには、異常は見られていないようですが、男性のアルコール依存症者と飲酒しない女性との間に妊娠した赤ちゃんには異常児がいるとの報告があります。

ベストなのは、妊娠を考えた時から飲酒を避けること

妊娠に気付く前にお酒を飲んでいただけというのはよくあることで、その場合には、これから飲まないようにすることが大切です。

赤ちゃんの器官形成期である妊娠初期さえ気をつければ、妊娠中期・後期は飲んでもいいという説が以前はありましたが、赤ちゃんの脳は妊娠後期に目覚しく発達します。その発達を阻害しないよう、妊娠全期間を通じてアルコール類は避けましょう。

妊娠前や妊娠中の飲酒は、胎児性アルコール症候群 (fetal alcohol syndrome : FAS) のリスクを高めるというイギリスの報告

イギリス医師会は、妊娠中の女性の多量の飲酒が引き起こすとされていた、子どもの身体的な発育や学習の遅れ、行動障害等のアルコールによる胎児への生涯にわたる障害 (胎児性アルコール・スペクトラム障害) は、最近の研究によると、低用量から中用量のアルコールでも影響がある可能性があると、妊娠中あるいは、妊娠を予定している女性にとって、安全な飲酒量はないとの報告を発表しました。

そこで、イギリス政府はガイドラインを改訂し、妊娠中、あるいは妊娠を予定している女性は、飲酒を避けるようにとしています。

最後に

妊娠を希望する夫婦は、妊娠しやすい体を作る為に、アルコールの摂取は気をつけましょう。

また、妊娠が分かった時点で、女性はアルコールを摂取しないようにしましょう。

