

以下の箇所（赤色アンダーライン）の情報を更新・修正いたします。

妊婦の体の正常な変化

●妊娠初期の発達（動画）

妊婦週数	妊娠時期		妊娠初期																妊娠中期										妊娠末期																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
	妊娠月数	妊娠週数	第1月				第2月				第3月				第4月				第5月			第6月			第7月				第8月			第9月			第10月																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
分娩時期による分類			流産（うち妊娠12週未満は早期流産）																早産										正常産				過期産																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
妊婦の体験			最終月経・排卵・受精 まだ妊娠に気づかない				月経停止。妊娠徴候の 出現（眠気、倦怠感）				胎児心拍数が 確認できる				胎動を感じる										胎動が増える				胎動が静かな時間と 活発な時間を自覚																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
下垂体前葉ホルモン			FSH（卵巣刺激ホルモン） LH（黄体形成ホルモン）																PRL（プロラクチン）										成長ホルモン										TSH（甲状腺刺激ホルモン）																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
下垂体後葉ホルモン			オキシトシン																リラキシン										エストロゲン(卵巣ホルモン)・ プロゲステロン(黄体ホルモン)										hCG(ヒト絨毛性ゴナドトロピン)										hPL(ヒト胎盤性ラクトゲン)										エストロゲン(エストリオール等)・ プロゲステロン										成長ホルモン										インスリン										副甲状腺ホルモン (PTH)										カルシトニン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
胎盤のホルモン			hCG(ヒト絨毛性ゴナドトロピン)																hPL(ヒト胎盤性ラクトゲン)										エストロゲン(エストリオール等)・ プロゲステロン										成長ホルモン										インスリン										副甲状腺ホルモン (PTH)										カルシトニン																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
糖代謝			副甲状腺ホルモン (PTH)																カルシトニン										羊水量										胎盤										基礎体温 (BBT: basal body temperature)										基礎代謝										消化器症状										子宮腔部と頸管の変化										母体の変化・子宮の増大に伴う症状										子宮底の高さ・大きさ										体重の変化										姿勢・骨格系の変化										心血管系・呼吸器系の変化										泌尿器系の変化										乳房の変化										皮膚の変化																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
基礎代謝			高温相が持続																低温相になる										母体の血中濃度は非妊時の4倍に増加										母体のインスリンは過剰に分泌されるが、胎盤ホルモンによるインスリン抵抗性が高まる。										妊娠初期に低下しその後増加する。										副甲状腺ホルモン濃度は増加し、母体血中Ca濃度は増加する。Caは胎児に移行するため母体血中Ca濃度は維持される。										25mL										350mL										800mL この時期がピーク										減少傾向										hCGの影響で一時的に甲状腺機能亢進症状を示すことがある。										基礎代謝は15~30%増加する。										つわり症状が始まる										嗜好の変化										つわりが軽減										腹部増大で食欲不振・胸やけ・便秘										胃部圧迫感軽減、便秘										性器のリビド着色が 起こる										腔分泌物が増加										腔分泌増加										12~15週 下腹部が ふくらみ 始める。										24週~27週 腹部に妊娠線。 浮腫、下肢の痙攣。										28~31週 横隔膜挙上で 息切れ、動悸、 睡眠障害。										31~35週 肩呼吸や胸式呼吸。										36~39週 胃部圧迫感 軽減、 便秘、 恥骨部痛。										子宮底部にピスカチェック徴候										高さ：恥骨結合上縁 大きさ：鶏卵大										臍恥中央・手拳大										臍下2横指・ 小児頭大										臍高・ 大人頭大										臍上2横指										臍と剣状突起の中間										剣状突起下 2~3横指										臍と剣状突起の中間										体重増加が著明になり始める（子宮・子宮内容の増加、血液量・細胞外液量、貯蔵脂肪の増加） 週500g以下										関節や靭帯が緩む										子宮増大による身体の重心が前方に移動しやすくなる										骨盤の可動性は高まる										← 循環血液量が増加しはじめる →										貧血傾向になる										下腹部に静脈瘤										横隔膜挙上で息切れ・動悸 が起こる。心拍数は最大 循環血液量は最大になる										肩呼吸や胸式呼吸になる。 循環血液量は最大になる										← 中期から末期にかけ右側尿管の拡張が観察される →										頻尿や残尿感										頻尿が続く										乳房緊満・モンゴメリー腺の色素沈着										乳管や腺組織が増殖・ 脂肪の蓄積にて乳房増大										乳汁産生の準備										乳房に妊娠線ができる										初乳が分泌され始める。エストロゲンと プロゲステロン等により本格的に分泌しない										色素沈着が目立ち始める。腋窩、乳首、外陰部、妊娠雀斑									

以下の箇所に誤りがございました。謹んでお詫びし、訂正いたします。

p. 67 ●食生活のアセスメントとバランスの取れた栄養摂取●

本文 下から13行目

**【誤】**

妊婦の年齢（区分）、身体活動レベルによってエネルギー必要量が異なる。18～29歳は30歳以上の妊婦よりも50～100kcal/日多いカロリー摂取が推奨されている。

**【正】**

妊婦の年齢（区分）、身体活動レベルによってエネルギー必要量が異なる。30～49歳の女性は、18～29歳の女性よりも50kcal/日多いカロリー摂取が推奨されている。