

妊娠中の栄養不足チェックリスト

①

- 体重増加量が 8 kg 未満
- つわりがひどく、
食べられなかった
- 切迫早産になった
- 出産時、
出血量が多かった
- 貧血と言われた
- 妊娠糖尿病と
診断された

妊娠中の栄養不足チェックリスト

②

- 妊娠高血圧症候群と
診断された
- 足がつった
- 妊娠中や産後に
うつ症状があった
- 甲状腺機能が
低下していると診断された
- 妊娠前はやせ型だった