



## あなたは妊娠していますか？

あなたの胎児をCMV（サイトメガロウイルス）、先天性欠損症、発達障害聴力損失、視野の損失、脳性麻痺などのウイルスから守ります。

CMV はしばしば唾液、粘液や尿を介して広がる、無症状ウイルスです。健康な赤ちゃん、および幼児は、大人など彼らからのCMVもうつるし、妊娠中の母親にもうつります。

### CMV から自分自身と胎児を保護するためのヒント：

- 幼い子にキスする時、唾液との接触を避けてください。たとえば、唇ではなく、額または頬にキスをする可能性があります。
- 食品、カップ、フォークやスプーン、おしゃぶりを含む子供のもののの中にあなたが口にしたものを置かないでください。
- 子供の鼻や口を拭くときやおむつの後、手を洗います。

[www.NationalCMV.org](http://www.NationalCMV.org) :で詳細をご覧ください