

강남차병원 산부인과 교수진이 전하는 이야기

임신과 출산

임신과 식생활

임신 시기별 식생활
지침, 권장 영양소,
적정체중 안내

임신과 운동

임신 중 운동의 효과,
올바른 임신 중/출산
후운동법 소개

임신과 약물

감기약 먹어도
괜찮을까?
임신 중 흔한
증상들과 약물
가이드

임신과 감염

기형아, 조산 등의
문제를 일으키는
감염병, 검사와
예방주사 소개

다태임신

조산을 비롯 각종
위험이 높은
쌍둥이와 다둥이
임신

임신 합병증

임신성 당뇨, 임신
중독증 등 합병증과
치료법 안내

산전관리

임신/출산전 관리,
병원방문 주기, 임신
주수별 검사 안내

유전질환

유전질환 주의할
위험군, 요인,
유전질환의 종류 및
검사방법 소개

본 내용은 고객정보 안내용으로, 실제 진료 상담 시 개인상황에 따라 차이가 있을 수 있습니다.
또한 본 자료의 상업적 활용 및 무단배포를 금합니다.



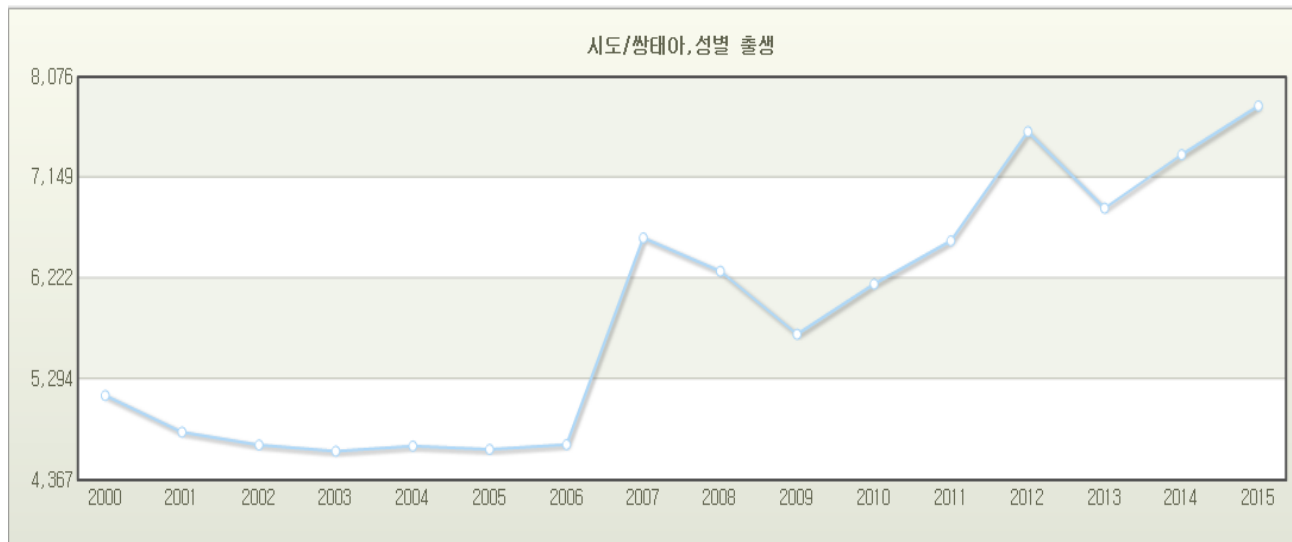
다태임신

강남차병원 산부인과

CHA 의학대학교
강남차병원

1 다태임신이란

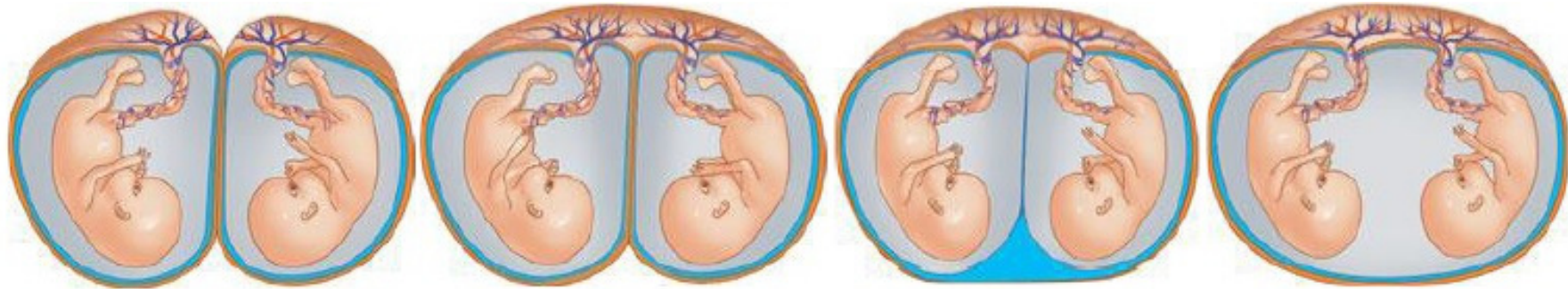
- 한 번에 둘 이상의 태아가 임신이 되는 것
(흔히 쌍둥이 임신이라고 부르는 쌍태임신이 다태임신에 해당)
- 쌍태임신은 **지속적 증가 추세** (국내 통계청, 2000년~2015년 쌍태임신 출생 조사)



2 분류

1) 일란성 쌍태아: 한 개의 난자에서 수정란이 분리되는 과정 중에 발생

유전적으로 동일



분리된 태반

융합된 태반

두용모막 두 양막

단일용모막 두양막

단일용모막 단일양막

2) 이란성 쌍태아: 두개의 난자와 두개의 정자가 각각 수정
유전적으로 동일하지 않음

3 발생원인

- 일란성 쌍태아:
 - 1/200~1/250의 일정한 빈도로 발생
 - 발생원인 불명확

- 이란성 쌍태아:
 - 인종
 - 산모 나이(35세 이상의 고령)
 - 분만력(아이를 많이 낳았던 산모)
 - 불임치료 여부 등

4 진단

- 임신 초기 초음파:
 - 여러 개의 임신낭이 보이는 경우
 - 같은 화면에서 두 개 이상의 태아머리가 관찰되는 경우
- 임신 1분기에 진단이 용이
- 임신 주수가 증가하면서 진단이 어려워질 수 있기 때문에 초기에 병원을 방문하여 확인하는 것을 추천

5 쌍태임신의 위험원인

- 단태임신에 비해 산모 및 태아 합병증 발생 확률 증가
 - 자연유산
 - 저체중아 및 태아 간 성장 차이
 - 조산
 - 태아기형(결합 쌍둥이, 무심장 쌍둥이 등)
 - 쌍태아 간 수혈 증후군
 - 태아 간 혈관 연결
 - 한 쌍둥이 사망
 - 심한 입덧, 빈혈
 - 임신중독증(전자간증)
 - 과대자궁, 자궁 무력증, 산후 출혈 등

6 식이요법

- 권장 체중 증가

구분	체질량지수(BMI, kg/m ²)	권장 체중 증가 범위(kg)
단태아	저체중 (<18.5)	13~18
	정상체중(18.5~24.9)	11~16
	과체중(25.0~29.9)	7~11
	비만(> 30.0)	5~9
다태아	정상체중	17~24

- 일 권장 섭취 칼로리: **체중 1kg 당 40~45kcal** (60kg 산모 기준: 2400~2700kcal/일)
- **하루 세 끼** 식사: 단백질 20%, 탄수화물 40%, 지방 40%의 식단
- **철분** 섭취: **60~100mg/일** (참고로 단태임신은 하루 기초 철분 함량: 27mg)

7 운동

- 쌍태임신의 경우 조산의 위험이 높기 때문에 활동량을 줄이고 휴식을 취하는 것이 추천
- 격렬한 활동이나 업무를 가급적 피하는 것을 권고
- 그러나 과도한 체중증가 역시 임신 중 합병증을 증가시킬 수 있기 때문에 적절한 체중조절을 위한 **가벼운 산책 권장**

8 분만시기와 방법

- 만삭 주수: **38주** (단태임신 만삭 주수: 40주)
- 약 80%가 분만 예정일보다 3주 정도 빠르게 진통을 경험

임신 형태	출산시 평균 임신 기간
단태임신	38.6주
쌍태임신	35주
삼쌍태임신	32주
사쌍태임신	30주

- 질식분만을 시도 가능
- 하지만, 태아의 위치, 태반위치 등의 상황에 따라서 제왕절개 수술이 필요한 경우가 많음
- 분만방법은 **주치의와 상의**하는 것이 가장 확실



주요 전화번호 안내

- 전화예약센터 : 1577-4488
- 산전관리실 : 02-3468-3324~5
- 산과 상담실 : 02-3468-3023
- 초음파실 : 02-3468-3116~7
- 부인과 상담실 : 02-3468-2634
- 산후조리원 : 02-3468-3327~8
- 분만실 : 02-3468-3030~1
- 응급실 : 02-3468-3060
- 내과 : 02-3468-3292
- 소아청소년과 : 02-3468-3107

행복한 임신과 출산 !!

그 곁에 항상 강남차병원이 함께 하겠습니다.

서울특별시 강남구 논현로 566(역삼1동 650-9)

대표전화 02)3468-3000

www.gangnam.chamc.co.kr

CHA 의과학대학교
강남차병원