

糖尿病だより

妊娠糖尿病とは...

妊娠中にはじめて発見された糖代謝異常を「妊娠糖尿病」といいます。妊娠すると胎盤から出るホルモンなどがインスリンの働きを悪くします。これに対しインスリンをたくさん出せないお母さんは血糖値が上がります。また、妊娠前に糖尿病と診断されている場合(糖尿病合併妊娠)には、血糖を十分管理した上で計画的に妊娠することが、健康な赤ちゃんを産むために非常に大切です。効果的な血糖管理がお母さんと赤ちゃんの健康につながります！

妊娠糖尿病になると 何が問題になるのでしょうか？

【母体】

妊娠高血圧症候群
羊水過多症
難産
網膜症、腎症など

【赤ちゃん】

流早産
先天異常
巨大児
低血糖など

2010年に診断基準
変更後、妊娠糖尿病
と診断される妊婦さん
が増えています。

妊娠糖尿病の頻度
約12%



妊娠糖尿病に なりやすい方

- ・家族に糖尿病の人がいる
(特に父母または祖父母)
- ・太っている人
- ・高齢出産の人(35歳以上)
- ・大きな赤ちゃんを出産したことのある人
- ・流産、早産、死産歴のある人

妊娠中の血糖値の理想は？

食前血糖値100mg/dl未満 1)
食後1時間血糖値140mg/dl未満
食後2時間血糖値120mg/dl未満

1)産婦人科診療ガイドライン 産科編2020

診断・治療方法は？

妊娠初期・中期に血糖を測定し、血糖値が高い場合には、ブドウ糖負荷試験を行い、診断します。妊娠糖尿病と診断された場合、内科医師の診察を受け、食事管理・血糖測定を行います。また、インスリン療法を行うこともあります。

最新の診療手段:豆知識★

- ★スマホなどのモバイルアプリを使用して、食事・血糖値・体重・血圧記録などを行い、妊婦さんと医療従事者が情報を共有を行うことができるシステムがあります。
- ★痛みを伴う指先での穿刺をせずに、血糖を測る機械もあります。

出産後に気をつけることは？

妊娠糖尿病のお母さんとその赤ちゃんは、将来、糖尿病になる確率が高いです。出産後に血糖値が正常になっても、定期的な検診を受けるようにしましょう。また、母乳育児はお母さんも赤ちゃんも将来、糖尿病になるリスクを減らすことが知られています。是非、母乳栄養を心がけましょう。

妊娠糖尿病は、
『ママの病気を予防したい！』
という、赤ちゃんからの
メッセージです。

