

# 糖尿病教室だより

## 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。

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



## 診断・治療方法は？

妊娠初期に血糖を測定し、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。

妊娠初期に陰性だった場合でも、妊娠が進むにつれてインスリンが効きにくくなる傾向にあり、妊娠中期(24~26週)にもう一度スクリーニングを行ないます。

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、血糖測定を行ないます。コントロールが不良の場合はインスリン療法を行ないます。

## 出産後に気をつけることは？

妊娠糖尿病と診断された方は、そうでない人に比べ約7倍の高頻度で糖尿病になりやすいと言われています。

出産後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  
食後1時間血糖値140mg/dl未満  
食後2時間血糖値120mg/dl未満

効果的な血糖管理がママと赤ちゃんの健康につながります。





# 「糖尿病相談室」14:00～15:00第1相談室

## 2021年度 年間予定表

荘内病院糖尿病委員会

期日	プログラム①	プログラム②	講師
5月17日 (月)			
7月12日 (月)			
9月13日 (月)			
11月8日 (月)			
1月17日 (月)			
3月7日 (月)			

- 2ヶ月に1回の開催になります。
- 新型コロナの影響により、開催・内容は未定です。
- 詳しくは内科外来看護師にお尋ねください。

**当日 直接荘内病院外来 1階 歯科口腔外科隣り 第1相談室 においでください**



糖尿病相談室は、参加者の情報交換の場です。どの回から参加していただいても構いません。

- 家族に糖尿病の人がいらっしゃる方、以前も聴いたけど・・・という方
- 「糖尿病」とうまく付き合えて経験を語って頂ける方
- 食事が不規則、運動不足、分かっているもできない方
- 荘内病院以外で治療して、学びの機会がない方