

糖尿病教室だより

妊娠糖尿病とは

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**です。なお、妊娠前から既に糖尿病と診断されている場合や、妊娠中に“**明らかな糖尿病**”と診断された場合は妊娠糖尿病には含めませんが、これらは妊娠糖尿病より重度の状態ですので、血糖をより厳密に管理する必要があります。また妊娠前に糖尿病と診断されている場合は、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。

どうやって診断するのですか？

妊娠の早い時期に随時血糖をはかり、これが高いときには**ブドウ糖負荷試験**をして診断します。妊娠初期に陰性であった人も、妊娠が進むにつれ血糖を下げるインスリンというホルモンが効きにくくなるため、妊娠中期（24～28週）にもう一度スクリーニングを受ける必要があります。

妊婦さんの7～9%は妊娠糖尿病と診断されるため、きちんと検査を受けましょう。特に肥満、糖尿病の家族歴のある人、高年妊娠、巨大児出産既往のある人などはハイリスクですので必ず検査をうけてください。



妊娠糖尿病になると何がおこるのですか？

お母さん: 妊娠高血圧症候群、羊水量の異常、肩甲難産、網膜症、腎症など

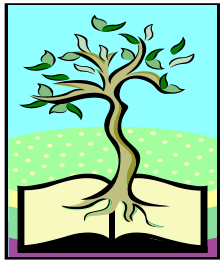
赤ちゃん: 流産、形態異常、巨大児、心臓の肥大、低血糖、多血症、電解質異常、黄疸、胎児死亡など

お産の後に気をつけることは？

妊娠糖尿病になった方は、妊娠糖尿病のなかった人に比べ、約7倍の高頻度で糖尿病になりますので、その後も定期的な検診が必要です。

産後に母乳を与えると、お母さんも赤ちゃんも将来、糖尿病になる頻度が減ることが知られていますので、母乳栄養を心がけましょう。





「糖尿病教室」14:00～15:00第1相談室

平成28年度前期予定表

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
4月8日 (金)	糖尿病って、どんな病気？ 他の病気との深い関係	健康診断 見方と受診のタイミング	看護師
5月13日 (金)	測ってみよう 血糖値！ 数値をどう読む？		検査技師
6月10日 (金)	雨の日でもできる！ 効果的な運動	熱中症予防 一夏場の水分補給のしかた一	リハビリ技師/ 看護師
7月8日 (金)	無理なく継続 食事療法		管理栄養士
8月12日 (金)	糖尿病薬あれこれ ～災害への備え 薬の種類 飲み合わせ～		薬剤師
9月9日 (金)	糖尿病と腎不全	家庭で血圧を測ろう	内科医師 /看護師

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

糖尿病教室は、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、分かっているけどできない方
- 荘内病院以外で治療して、学びの機会がない方