



トピックス

妊娠糖尿病



妊娠糖尿病ってなに？

妊娠中は母体にさまざまな負担がかかります。血糖を処理する能力（これを耐糖能といいます）にも負担がかかります。妊娠前に異常がなかった女性が妊娠による負担のため耐糖能が悪くなる、すなわち日常の血糖値が高くなることを妊娠糖尿病と言います。妊娠中の血糖値が高いと、正常よりも大きな胎児（巨大児）となり、いろいろな合併症の原因となります。妊娠中は母体の血圧上昇（妊娠高血圧症候群）や早産などが起こりやすくなります。分娩時の合併症としては、胎児の酸素不足や難産などがあり、新生児の合併症としては、新生児仮死、低血糖、呼吸障害、黄疸などがあります。

妊娠中の検査は？

妊娠初期に血糖値を測定します。血糖値が基準値より高い場合は、空腹時経口ブドウ糖負荷試験（75g OGTT）を行います。具体的には、食事抜きで受診し、砂糖水を飲んでもらう検査です。飲む前、飲んでから1時間後、2時間後の計3回血糖値を測定し、基準値より高い場合は妊娠糖尿病と診断されます。

妊娠中期にはグルコースチャレンジテスト（50g GCT）を行います。具体的には、食事時間に関係なく砂糖水を飲み、1時間後に血糖値を測定します。基準値より高い場合は75g OGTTを行います。

治療は？

妊娠糖尿病を放っておくと母体や胎児、新生児に悪影響を及ぼしてしまうので、きちんとした治療が必要です。妊娠中の治療は、食事療法とインスリン療法です。食事療法で血糖値がコントロールできない場合はインスリン療法を行います。当院では、妊娠糖尿病と診断された時点で内分泌内科と協力し、専門的な管理を行っています。

どんなことに気を付けて生活したらいいの？

妊娠中に最も大切なことは、赤ちゃんが健やかに発育できる環境をつくることです。過剰のカロリー摂取は母体の血糖値を上げて、お母さんや赤ちゃんにさまざまな病気を引き起こします。糖尿病や妊娠糖尿病の妊婦さんの食事療法は、正常妊婦さんの必要エネルギー量の7割くらいにするのが理想的です（日本糖尿病・妊娠学会）。腹七分といったところですが、これ以上のカロリー制限は赤ちゃんにとって害になることが知られています。極端な食事制限や栄養バランスが偏った食事はお母さんと赤ちゃんにとって、とても危険です。また、妊娠糖尿病になった女性の約4割が将来糖尿病を発症すると言われています。出産後も糖尿病発症の予防に注意しながら生活することが重要です。

産婦人科 部長 三輪 一知郎

「おぎゃー!!」

in 助産院 Sun

助産院でお産ができる方は、
 ※妊娠経過が正常な経産婦さんで、医師より助産院でのお産が可能と言われた方
 ※ご本人とご家族が、助産院でのお産を希望されている方
 ※当病院の産科外来を受診されている方です。

院内助産院でお産をされたお母さんにお話を伺いました。今号は今年の12月に出産された梨花ちゃんのお母さんです。

現在の心境をお聞かせ下さい!

ちょうど冬休みとかぶったので、上のお姉ちゃんが毎日赤ちゃんといれて、とても嬉しそうにしている、「赤ちゃん かわいすぎる〜♡」と毎日のように言っているのが、かわいくてホックリしています。やっぱり赤ちゃんは大変だけど癒されています。

「助産院で出産しよう!」と思われた理由は?

前回のお産の時に部屋を移って助産院にいたのですが、とても親身になって下さったのを覚えていたので、助産院で産んでみたいと思っていました。後は、お金の面でも助産院にしようと思いました。

助産院でお産をすることで不安な事はありましたか?

好きな体勢でのお産が想像つかなくて不安でした。

「いざ、お産!」から過ごされてみてどうでしたか?

横になったまま、陣痛、そして産んだのですが、想像していたよりはるかに楽にお産できたと思います。助産師さんが腰をさすってくれたのが本当良くて、神の手だなと思いました! 今までで1番いい、お産になったと思います!!

『抱っこちゃんです』

りんか
梨花ちゃん
平成29年12月20日 生まれ

ご家族の反応はいかがでしたか?

【ご主人】
とても安産だったので良かったです。産後も赤ちゃんを良く見てもらえて、妻もゆっくりできたみたいでよかったです。ありがとうございました!

【ご両親】
私の母、主人の母も立ち会ったのですが、畳の部屋もいいし、いいお産だったねと言っていました!

【お姉ちゃんたち】
上の2人も立ち会ったのですが、1番上の4歳のお姉ちゃんは、最後までずっと産まれてくる所を見ていて、すごく良い経験になったと思います。「どうやって産まれてた?」と聞くと、くわしく教えてくれました(笑)

「助産院で出産を!」と検討中の皆さんへ、メッセージをお願いします。

健診の時から産後まで親身になってくださるし、産後、本当にゆっくりと体を休められたし、本当にオススメです! 上の子が来てもお部屋でゆっくりできるのも良かったです! ☺

助産院Sunスタッフより

忙しくも充実した日々を過ごされているようですね。女性にとってお産の経験は一生の宝になると思います。梨花ちゃん誕生のエピソードがご家族皆で語られ、Happyなものとなり、私達もvery Happyです♡ (前田)

センター稼働状況

分娩数	41件	緊急帝王切開	2件
母体搬送	3件	NICU稼働率	73.7%
新生児搬送	4件	MFICU稼働率	66.1%

(平成30年1月)

「どんなおがができるかな?」

強い寒波も落ち着いたようですがまだまだ寒い日が続きますね。先日の積雪、1歳半の甥っ子は、深々と降り積もる雪を見るのは初めてのようで、極寒の中、目をキラキラさせて遊んでいました。子ども頃は嬉しいですね♪引き続きインフルエンザが流行しています。手洗い、マスクなど感染症予防を心がけましょう。
(C.K.N.S.Y.M.K.H.)

