

糖尿病と妊娠について

大泉 News Paper No. 64 (2012. 4. 1 発行)

糖尿病は膵臓からインスリン（血糖値を下げる重要なホルモン）が分泌されなくなるか、もしくはインスリンは分泌されるが効果が低下するなどの原因によって糖が細胞に正常に取り込めなくなり、慢性の高血糖となる疾患です。

糖尿病だと月経不順になりやすい？

規則的な月経には規則的な排卵が必要です。インスリンはその排卵機構にとっても重要なホルモンであることが知られています。糖尿病ではインスリンの代謝が障害されることが多いため、排卵障害をきたす頻度も高いと考えられています。

排卵障害の機序のひとつにインスリン抵抗性が関与していると考えられています。インスリン抵抗性とは、インスリンの働きが悪くなり、血液中のブドウ糖を細胞内に取り込むことができにくくなることです。従って血糖を下げるためにより多くのインスリンが必要になります。

インスリン抵抗性は肥満や多嚢胞性卵巣症候群とも関連しています。この両者とも不妊症や月経異常の原因となります。多嚢胞性卵巣症候群でインスリン抵抗性を示す（どちらが原因なのかは、まだ不明です。）女性では、治療としてインスリン感受性改善薬を投与すると、排卵障害が改善して妊娠率が有意に上昇し、また流産率も減少することが報告されています。同様に、月経不順を訴える肥満女性に対して、適切な食事療法と運動療法で体重をある程度減少させると、排卵障害が改善し、月経が規則的になります。

糖尿病の治療を受けていても妊娠できますか？

まず妊娠してよい状態か（血糖コントロールがよいか、妊娠中に糖尿病合併症が悪化することはないか等）を確かめる必要があります。妊娠初期に血糖値が高いと胎児に先天奇形を合併しやすくなります。妊娠初期は胎児のいろいろな臓器が作られる時期です。その時期に母体の血糖値が高いと胎児の血糖値も高くなり、先天奇形を合併しやすくなるのです。高血糖が胎児におよぼす影響を防ぐために、妊娠前に血糖コントロールをしておくことが重要です。血糖コントロールだけではなく、糖尿病性網膜症や腎症を合併していないか、妊娠によって影響を受けやすい状態でないかを、妊娠前に検査します。妊娠前から糖尿病の治療を受けてから計画妊娠することが大切です。

血糖コントロールが悪いために起こるトラブル

赤ちゃんのトラブル

奇形 巨大児
子宮内胎児死亡
未熟児 低血糖
呼吸障害 黄疸
低カルシウム血症 など

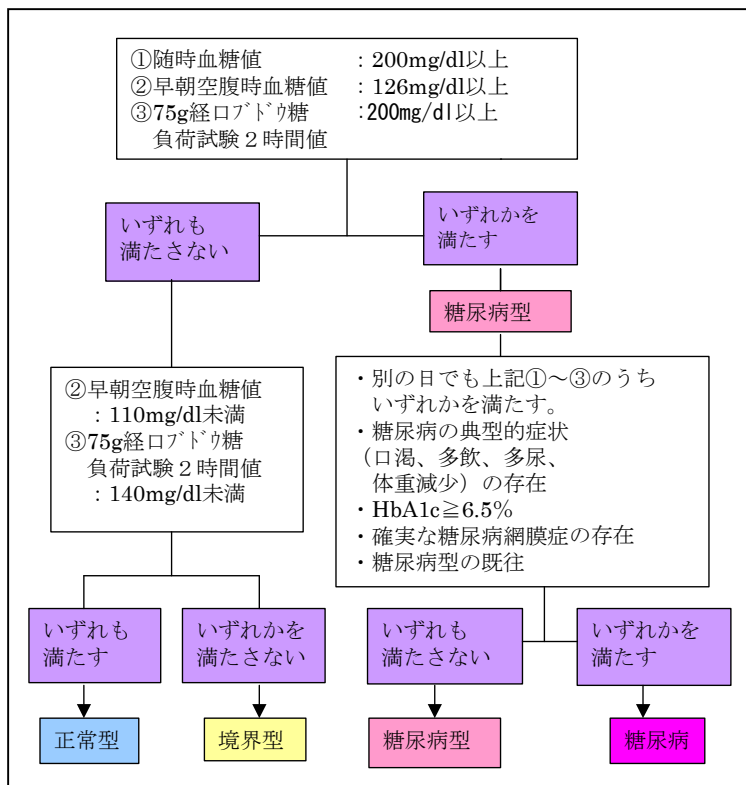


母体のトラブル

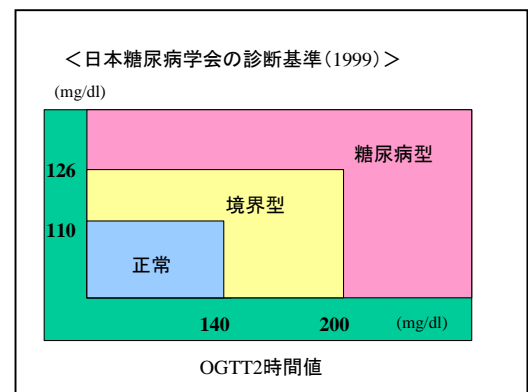
糖尿病性網膜症と
腎症の悪化
妊娠高血圧症候群
羊水過多症
膀胱炎 など

糖尿病の診断基準について

図 : http://211.16.227.160/seminar/13_#CHAP1 より



糖尿病かどうかは、高血糖が慢性的に続いているかどうかを確認して診断します。しかし、血糖値は食事などの影響で大きく変化しますので、最近では、HbA1c という過去の血糖値を反映できる検査を組みあわせることで、1回の検査で診断できるように改められました。妊娠糖尿病の診断基準は別にありますからご注意ください。



糖尿病の診断には？

糖尿病かどうかを診断する方法に、75g 経口ブドウ糖負荷試験 (OGTT) があります。OGTT は 75 g のブドウ糖液を摂取し、血糖値がどのように推移するかをみる検査です。血糖値の変化でインスリンの働き具合を調べることができます。血糖値の変動から、糖尿病型なのか、正常型なのか、あるいはその境界型なのか、パターンが示されます。境界型の方は、今は大丈夫でも将来糖尿病を発病する可能性が高く、また、糖尿病の患者さんと同じくらい動脈硬化が進みやすいので、ふだんの食事に気をつけ運動を励行するとともに、定期的に検査を受けることが大切です。正常型でも、空腹時血糖が 100mg/dL 以上、または 1 時間値が 180mg/dL 以上の場合も同様です。

糖尿病の患者数は年々増え続けています。食べすぎ、運動不足、ストレス、アルコールの飲みすぎなど、日々の生活習慣が糖尿病を増やす要因に成りやすいからです。また、これらの生活習慣以外にも、糖尿病の発病には遺伝的な素因も深く関係しているため、血縁者に糖尿病の人がいる場合にはとくに注意が必要です。また、妊娠糖尿病 (GDM) も、増加傾向にあります。

糖尿病の方は妊娠なさるとトラブルが多いことは事実ですが、今では妊娠中の糖尿病管理をしっかり行えば糖尿病であっても、より安全に妊娠・出産ができるようになりました。

しかし、一番重要なことは、日常の血糖コントロールです。日頃から自己管理には十分に気をつけましょう。

参考文献 : 病気がみえる Vol.3 糖尿病・代謝・内分泌

参考サイト : <http://www.dm-net.co.jp/seminar/01/>

<http://211.16.227.160/jsdp/qa/b/q04/>

担当 : 検査部 飯塚・横田