

DM Topics

for Nursing

特集

増えつつある

「妊娠糖尿病」のケア

もともと糖尿病がある女性が妊娠する「糖尿病合併妊娠」とは別に、妊娠中に初めて指摘された糖代謝異常で、糖尿病の診断基準を満たさないものを「妊娠糖尿病」(GDM: Gestational Diabetes Mellitus)と呼びます。妊娠すると胎盤のホルモンの働きでインスリンの働きが抑えられ、また胎盤でインスリンを壊す働きのある酵素ができるため、インスリンが効きにくくなり、特に妊娠中期以降、血糖が上がりやすくなります。

妊婦の10人に1人が妊娠糖尿病？ 診断はどうするの？

妊娠の早い時期に随時血糖を測り、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。

尿糖陽性、糖尿病家族歴、肥満、過度の体重増加、加齢、巨大児出産やGDMの既往などが危険因子となります。

2010年に世界共通の基準が見直され、全妊婦の約10人に1人にGDMがあると計算できます。また日本では、糖尿病患者数の増加、晩婚化・晩産化を背景に、GDMは増加傾向にありますので正しい知識の普及が重要です。

母体と胎児への影響

GDMは、母体では妊娠高血圧症

候群、羊水過多症、流産・早産、巨大児による難産などのリスクが、胎児では先天奇形、巨大児、発育不全、将来の糖尿病や肥満などのリスクがあります。GDMの女性は将来、糖尿病を発症するリスクが高いため、産後の予防が重要になります。

血糖管理と保険適用

GDM妊婦は、糖尿病合併妊娠と同様に厳格な血糖管理が必須となるため、産科と内科が連携して管理をおこなうのが一般的でしょう。

血糖管理は空腹時血糖値95mg/dL未満、食後1時間血糖値140mg/dLまたは食後2時間血糖値120mg/dL未満、HbA1cは6.0〜6.5%を目標にします。週数や肥満の有無を目安に必要なエネルギーを分割食としてとっていたことで多くの妊婦さんは目標血糖を達成されます。

薬物療法をおこなう場合は、胎児への影響を考えインスリン治療となりますが、おおよね分娩後は中止

可能です。

妊娠中は血糖自己測定(SMBG)や連続皮下ブドウ糖濃度測定(CGMS)、間歇スキヤン式持続血糖測定(CGM)を用いた自宅での血糖測定が必須となります。現在、妊娠時に診断された明らかな糖尿病の場合や、ハイリスクな妊娠糖尿病患者に対して適切な指導管理をおこなった場合、在宅妊娠糖尿病患者指導管理料1(150点)が算定可能です。

また、GDMといわれた女性は、出産後6〜12週間に75g経口ブドウ糖負荷試験をおこなうことが推奨されています。先日には、「医学的に糖尿病が疑われる場合」は産後12週以降でも同試験実施料の算定が可能であるとの見解が示されました。母乳育児も推奨されています。なによりみんなの幸せのためにGDMの診断を契機に家族そろって健康的な食生活を続けていきたいと思えます。

監修

関東労災病院
糖尿病・内分泌内科 前部長
浜野 久美子 先生



*出典:厚生労働省保険局医療課「疑義解釈資料の送付について(その56)」令和5年8月30日

NEWS

ニュース まとめ読み

最近注目のニュースを
ご紹介します。

詳細はこちら

糖尿病リソースガイド
<http://dm-rg.net/>



2型糖尿病の罹患リスクを 予測するモデルを開発

国立がん研究センターらは、5年間の2型糖尿病の罹患確率を推定する予測モデルを開発したと発表しました。これまで糖尿病の罹患予測モデルは複数開発されていますが、今回のように日本国内の複数の地域住民を対象としたモデルは初めて。糖尿病の予防や早期発見に活用されることが期待されています。

DM
RG

かかりつけ医に通院している 高血圧患者の血圧管理は不十分である可能性

横浜市立大学の研究グループはJ-DOME*との共同研究を実施し、神奈川県内の医療機関から登録された高血圧患者830名を対象に、過去10年の血圧管理状況の推移を調査。厳格な血圧管理が求められる患者で目標達成率が低いことがわかりました。また、治療に有効な利尿薬の利用が低下していることが判明しました。

*日本医師会かかりつけ医診療データベース研究事業

DM
RG

1型糖尿病合併妊娠 SAP療法で胎児巨大化を予防

神戸大学は、1型糖尿病のある女性が妊娠中にSAP療法(CGMS機能付きインスリンポンプ療法)をおこなうと、胎児の巨大化を防ぐことができることを明らかにしました。妊娠が分かってからSAP療法に切り替えても、胎児の巨大化を防ぐ効果があるとしています。

DM
RG

若年成人男性における 脂肪性肝疾患と体組成の関係を解明

岐阜大学保健管理センターの研究グループが、年齢中央値22歳の若年成人男性335名を対象に調査したところ、体脂肪量が代謝異常関連脂肪性肝疾患および非アルコール性脂肪性肝疾患と関連する因子であり、非肥満者においては体脂肪量に加えて骨格筋量や血清中性脂肪値など包括的な病態把握が必要であることが示唆されました。

DM
RG

4コマ劇場

糖尿病看護の“あるある”体験談

実際の体験談を
4コマ漫画化!

第16回「自分の常識≠患者の常識!？」

北海道 40代 ニヨロさん(看護師歴 28年)

患者に間食の内容を伺うと「ケーキを特別な日に一個だけ」とのこと。しかし、お子さんが多くてケーキ代がかさむというので、よく聞いたらなんと「1人1ホール」!! 自分の常識で言葉を鵜呑みにしてはいけない、必ず具体的に確認しようと思いました。

Nurse's advice

木下Ns.の一言アドバイス

おもいっきり食べたい気持ち、普段節制していると思っている患者なら当然ありますよね。私も患者の行動では「え、そんなに?」と驚くことがたくさんあり、自分の常識で思い込んで判断をしないよう気を付けています。食事量や運動量などの話が出たら、具体的に数字や内容を聞き返したり、「どう思います?」と質問を返したりすることで、「これは食べすぎ?」「ちょっと多かった?」など、患者自身で気付けるような流れができるといいですね!

木下 久美子 先生(関東労災病院 糖尿病看護認定看護師)

詳細はこちら▼

体験談募集中!

皆さんの「元気になる」「ほっとする」エピソードをお待ちしております。採用された方にはプレゼントも!



教えて、MRさん!

「シックデイ」について

「シックデイ」とは糖尿病のある人が体調を崩して血糖値が乱れやすくなった状態のことです。体調不良は糖尿病のない人でも起こり得ますが、糖尿病のある人の場合、血糖管理に、さらに注意が必要になります。

シックデイになると、体調不良により各種のストレスホルモンなどが分泌され、インスリンの働きを阻害することで血糖値の上昇を招きます。逆に、薬物療法をおこなっている場合は食事が摂れず低血糖を起こす可能性もあります。

今年は未だCOVID-19の感染が収まりを

見せず、また例年よりも早くインフルエンザの感染が拡大しています。実際にシックデイになってしまう前に、対応方法「シックデイ・ルール」について患者に説明しておきましょう。

弊社では、患者説明にご活用いただける資料として「学ぼう!糖尿病シリーズ シックデイ」を発行いたしました。他に「お薬」「低血糖」も同時に発行しておりますので是非お役立て下さい。

冊子についてお問い合わせやご要望の際は、弊社MRへご依頼ください。

シリーズは
今後、続刊の
予定です

学ぼう!糖尿病シリーズ
シックデイ
[体調が悪いときの注意点]

低血糖
[低血糖とは何か、その原因]

お薬
[薬の種類と服用方法]

監修
順天堂大学大学院 医学研究科
代謝内分泌内科学 教授
綿田 裕孝 先生

学ぼう!シリーズはこちら▶