

妊娠糖尿病 ～将来の糖尿病に ついて～

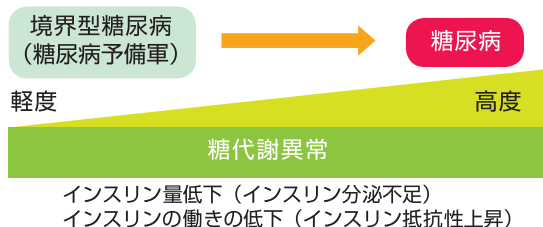




妊娠糖尿病の人は出産すると
血糖が正常に戻ることが多いですが、
将来糖尿病になりやすいです。

糖尿病とは

すい臓で作られるインスリンというホルモンは血糖を下げる働きがありますが、その量や働きが不十分となり、血糖の調節がうまくいかなくなった状態、つまり血糖が正常域よりも高くなることを糖代謝異常といいます。糖代謝異常の程度が軽いものは、「糖尿病予備軍」や「境界型糖尿病」と呼ばれ、その程度がひどくなり一定の基準を超えると「糖尿病」と呼ばれます。



糖尿病は、原因により1型糖尿病、2型糖尿病などに分類されますが、妊娠糖尿病を経験した人は、将来2型糖尿病になりやすいです。

◆糖尿病の分類◆

【1型糖尿病】自己免疫疾患の一つで、すい臓にあるインスリンを分泌する細胞(β細胞)が傷害され、インスリン分泌がほとんどできなくなることが原因で起こる糖尿病。

【2型糖尿病】生活習慣病の一つですが、その発症には体質(遺伝)や環境(生活習慣)などの複数の原因があります。インスリン分泌不足も関係ありますが、インスリンの働きの低下(インスリン抵抗性)がより強く関係します。

糖尿病合併症

糖尿病の治療をしなかったり、治療が不十分であると、血糖が高い状態が続きます。その結果、糖尿病合併症と呼ばれる臓器障害が起こります。

◆糖尿病合併症◆

【網膜症】 眼の中の網膜に出血が起こります。失明の原因になります。

【腎症】 体の老廃物をだす腎臓の動きが悪くなります。腎臓の動きが極端にひどくなると、透析（とうせき）とよばれる治療が必要になります。

【神経障害】 手足（足＞手）にビリビリとした異常な感覚を感じたり、感覚が鈍くなります。糖尿病壊疽*になりやすくなります。

【大血管症】 全身の血管の動脈硬化を起こします。心臓の血管の動脈硬化は心筋梗塞や狭心症を引き起こし、脳の血管の動脈硬化は脳梗塞を引き起こします。



*糖尿病壊疽

足の感覚がない→足の傷に気づかない→傷からばい菌が入る→（高血糖状態では）ばい菌が増えやすい・傷が治りにくい→ばい菌が全身をめぐる
→足の（血管に動脈硬化があると）血行が悪くなる（血行障害となる）
→足の切断につながる

糖尿病の症状

排尿の回数が多い、のどが渇くなどが症状ですが、血糖がかなり悪くならないと、症状はありません。

そのため、知らないうちに糖尿病になっていた、ということがしばしばあります。

早期発見のためには、症状がなくても、定期的な検査は大切です。

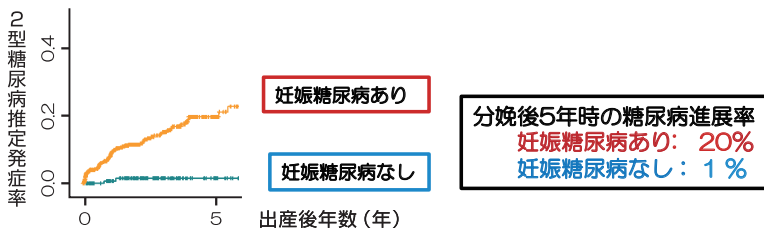


将来の糖尿病の発症リスク

「妊娠糖尿病だった場合、正常血糖の妊婦に比べ 7.4 倍糖尿病になる危険がある」「妊娠糖尿病が産後にいったん正常化しても、20 年から 30 年後にはその半数が糖尿病になった」という海外の報告があります。

以下は、妊娠糖尿病でなかった人と妊娠糖尿病だった人の産後5年の時点の2型糖尿病発症に関する日本のデータです。

妊娠糖尿病であった女性の産後5年まで2型糖尿病発症



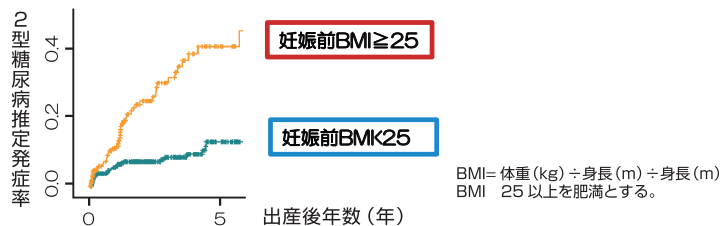
厚生労働科学研究費補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業、妊娠を起点とした将来の女性および次世代の糖尿病・メタボリック症候群予防のための研究、平成 24 年～ 26 年度 総合研究報告書（研究代表者 荒田尚子）



また、このデータから妊娠糖尿病であった女性のうち、
妊娠時（妊娠前）に太っていた女性は、より将来の糖尿病になりやすいことが分かりました。

妊娠糖尿病であった女性の産後5年まで2型糖尿病発症

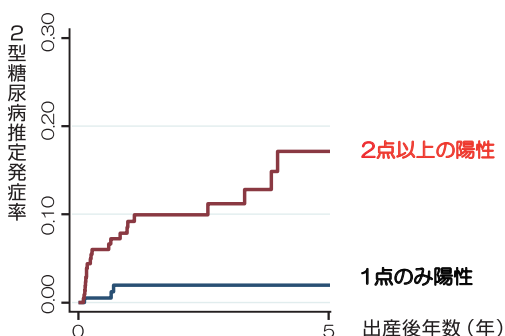
～妊娠前の肥満別～



さらに、妊娠糖尿病であった女性のうち、妊娠時（妊娠前）に太っていなかった女性でも、妊娠糖尿病診断時の75g糖負荷試験で2点以上陽性であった場合は、より将来の糖尿病になりやすいことが分かりました。

妊娠糖尿病であった女性の産後5年まで2型糖尿病発症

～妊娠前の肥満なし～



定期的な検査を受けることが非常に大切です。

- 編集・企画 平成28年度 日本医療研究開発機構委託研究開発契約 女性の健康包括的支援実施化計画事業「妊娠糖尿病女性における出産後の糖尿病・メタボリックシンドローム発症のリスク因子同定と予防介入に関する研究」班（研究開発代表者 平松祐司）
- 発行 同班 研究開発分担者 荒田尚子
国立研究開発法人 国立成育医療研究センター
周産期・母性診療センター
boseinaika@ncchd.go.jp

