

5

にんしんとうによびょう
妊娠糖尿病

(গর্ভকালীন ডায়াবেটিস)



妊娠中に血糖値がたかくなって、糖尿病にちかい状態と判断されたとき、妊娠糖尿病(GDM)と診断されます。ママの体は、赤ちゃんに糖を送ろうとしすぎて、血糖が高い状態になってしまいます。そのため、妊娠中に血糖をコントロールしないと赤ちゃんが大きくなりすぎたり、また、赤ちゃんが生まれるとすぐに血糖が低くなって、発作をおこしたりします。

もともと糖尿病ではなかった人が、妊娠して血糖値が基準値をこえた場合と、妊娠24週ごろのスクリーニング検査で異常値をしめして、75gOGTTという検査でも血糖値が基準値をこえた場合に、GDMと診断されます。75gOGTTの方法は、朝から何もたべずに病院にいき、ブドウ糖をのんで検査をします。のむ前、のんで1時間後、2時間後と、3回採血をされます。

গর্ভকালীন ডায়াবেটিস (GDM):

যখন গর্ভাবস্থায় রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা বেড়ে যায় এবং ডায়াবেটিসের কাছাকাছি অবস্থায় পৌঁছায়, তখন এটি গর্ভকালীন ডায়াবেটিস (GDM) হিসেবে নির্ণয় করা হয়। মায়ের শরীর শিশুর জন্য অতিরিক্ত গ্লুকোজ পাঠাতে চায়, যা রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা বাড়িয়ে দেয়। এতে করে গর্ভাবস্থায় গ্লুকোজ নিয়ন্ত্রণ না করা হলে, শিশুর আকার অস্বাভাবিক বড় হতে পারে। পাশাপাশি, শিশুর জন্মের পরপরই তার রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা খুব কমে যেতে পারে এবং খঁচুনি দেখা দিতে পারে। যদি একজন নারী ডায়াবেটিস রোগী না হন, কিন্তু গর্ভাবস্থায় রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা নির্ধারিত সীমা অতিক্রম করে, বা ২৪ সপ্তাহে ফ্রিনিং টেস্টে কোনো অস্বাভাবিকতা ধরা পড়ে এবং ৭৫ গ্রাম OGTT পরীক্ষায় গ্লুকোজের মাত্রা সীমা অতিক্রম করে, তবে GDM নির্ণয় করা হয়। ৭৫ গ্রাম OGTT পরীক্ষার পদ্ধতি: সকালে খালি পেটে হাসপাতালে যান। গ্লুকোজ পান করার পর পরীক্ষা করা হয়। পান করার আগে, এক ঘন্টা পর এবং দুই ঘন্টা পরে—এইভাবে মোট তিনবার রক্ত পরীক্ষা করা হয়।

からだ なか なに
Q: 体の中で何がおこるの?

A: 妊娠糖尿病は自分で感じる症状があまりありません。しかし、ママの血糖がたかくなると赤ちゃんも血糖がたかくなり、いろいろな悪い影響が出ます。

- ママへの影響: 妊娠高血圧症候群 (HDP)、羊水がふえることにもなる切迫早産、産後の糖尿病 など
- 赤ちゃんへの影響: 流産、先天奇形、巨大児、心臓への悪影響、生まれたあとの低血糖、黄疸、死亡など

ちりょう
Q: どんな治療をするの?

A: 妊娠期間を通して、血糖が高くなるようにします。はじめは、食事を4~6回にわけて食べるようにしますが、それでも血糖がたかい場合は、注射でインスリンを使用します。とくに妊娠後半期は、体重が1週間で300g以上ふえないようにしましょう。多くの場合、出産あとにママの血糖は正常にもどりますが、将来的に糖尿病になりやすかったり、そのまま糖尿病になってしまうこともあります。

প্রশ্ন: শরীরের ভিতরে কী ঘটে?

উত্তর: গর্ভকালীন ডায়াবেটিস সাধারণত মায়ের জন্য কোনো সরাসরি অনুভূত উপসর্গ সৃষ্টি করে না। তবে, যদি মায়ের রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা বৃদ্ধি পায়, তাহলে শিশুর রক্তে গ্লুকোজের মাত্রাও বেড়ে যায় এবং বিভিন্ন ক্ষতিকর প্রভাব দেখা দিতে পারে।

- **মায়ের উপর প্রভাব:** গর্ভকালীন উচ্চ রক্তচাপ সিনড্রোম (HDP), অ্যামনিয়োটিক ফ্লুইড বৃদ্ধি, যা প্রি-টার্ম লেবার সৃষ্টি করতে পারে প্রসবের পর ডায়াবেটিসের ঝুঁকি
- **শিশুর উপর প্রভাব:** গর্ভপাত, জন্মগত ক্রটি, অস্বাভাবিক বড় শিশুর জন্ম, হৃদরোগের সমস্যা, জন্মের পর রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা কমে যাওয়া, জন্ডিস, শিশুমৃত্যু

প্রশ্ন: কী ধরনের চিকিৎসা করা হয়?

উত্তর: গর্ভাবস্থার পুরো সময় জুড়ে রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা নিয়ন্ত্রণে রাখা হয়। শুরুতে খাবারকে ৪-৬ ভাগে ভাগ করে খাওয়ার পরামর্শ দেওয়া হয়। তবে, যদি রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা তাতেও নিয়ন্ত্রণে না আসে, তাহলে ইনসুলিন ইনজেকশনের মাধ্যমে চিকিৎসা করা হয়। বিশেষ করে গর্ভাবস্থার শেষার্ধ্বে মায়ের ওজন প্রতি সপ্তাহে ৩০০ গ্রামের বেশি না বাড়ানো উচিত। বেশিরভাগ ক্ষেত্রে, প্রসবের পর মায়ের রক্তের গ্লুকোজের মাত্রা স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসে। তবে, ভবিষ্যতে ডায়াবেটিসে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি থেকে যায় বা কোনো কোনো ক্ষেত্রে ডায়াবেটিস স্থায়ী হয়ে যেতে পারে।