

5

にんしんとうにようびょう
妊娠糖尿病

(Kencing Manis Ketika Hamil GDM)



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。

Ketika hamil, kadar gula dalam darah akan meningkat tetapi ia bukanlah kencing manis biasa, sebaliknya ia dikenali sebagai Gestational Diabetes atau GDM. Sekiranya kadar gula tidak dikawal bayi dalam kandungan akan menjadi terlebih besar dan sebaik dilahirkan kadar gula dalam darah bayi akan turun mendadak dan boleh menyebabkan sawan.

Sekiranya ibu tidak mengidap penyakit kencing manis sebelum hamil tetapi bacaan gula dalam darah melebihi bacaan normal apabila membuat ujian toleransi glukos 75gOGTT di sekitar minggu ke 24 kehamilan ibu akan didiagnos mengidap GDM. Untuk ujian ini ibu perlu berpuasa dari pagi dan berikan minuman berglukos ketika perut kosong. Bacaan paras gula akan diambil sebanyak 3 kali iaitu sebelum minum dan selepas 1 jam dan 2 jam kemudian.

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ともなう切迫早産、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

Q: どんな治療をするの？

A: 妊娠期間を通して、血糖が高くならないようにします。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。

S: Apa yang berlaku pada tubuh anda?

J: Lazimnya ibu yang mendapat GDM tidak merasa apa-apa gejala. Tetapi bacaan gula dalam darah yang tinggi akan membahayakan bayi dalam kandungan.

● Kesan terhadap ibu: tekanan darah tinggi (HDP), air ketuban bertambah, kelahiran prematur, keguguran, kencing manis selepas melahirkan dan lain-lain

● Kesan kepada bayi: keguguran, cacat, bayi terlebih besar, masalah jantung, gula rendah selepas lahir, kuning dan kematian

S: Apa yang boleh dilakukan?

J: Pastikan kadar gula tidak meningkat sepanjang kehamilan. Langkah pertama ialah membahagikan waktu makan dari 3 kali sehari kepada 4 -6 kali sehari (makan dalam porsi kecil setiap kali). Sekiranya kadar gula masih tinggi ibu perlu mengambil suntikan insulin. Di akhir kehamilan pastikan berat badan meningkat tidak melebihi 300g seminggu. Kebiasaannya kadar gula menjadi normal setelah melahirkan bayi tetapi ada kes di mana bacaan gula tidak turun dan ibu menjadi pengidap kencing manis. Dan ibu yang mengidap GDM lebih mudah mendapat penyakit kencing manis di masa hadapan.