

## 5

# にんしんとうによびょう 妊娠糖尿病 (โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์)



妊娠中に血糖値がたかくなって、糖尿病にちかいた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。

## 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

## 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、それでも血糖が高い場合は、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、出産の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ったりすることもあります。

ผู้หญิงที่กำลังตั้งครรภ์จะมีน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น และมีอาการต่างๆ คล้ายกับโรคเบาหวานชนิดน้ำตาลในเลือดสูง จะถูกวินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ (GDM), เมื่อร่างกายของแม่มีน้ำตาลสูงขึ้น ทารกก็จะได้รับน้ำตาลมากขึ้นตามไปด้วย หากควบคุมระดับน้ำตาลขณะตั้งครรภ์ไม่ได้ จะส่งผลให้ทารกตัวใหญ่มากเกินไป

เมื่อทารกคลอดออกมา จะเกิดภาวะน้ำตาลในเลือดต่ำเฉียบพลันได้อีกด้วย กรณี ผู้ที่ไม่ได้ป่วยเป็นโรคเบาหวานมาก่อน พอตั้งครรภ์แล้วน้ำตาลในเลือดกลับสูงเกินระดับปกติ เมื่ออายุครรภ์ได้ 24 สัปดาห์ จะได้รับการตรวจคัดกรองเพื่อหาความผิดปกติ โดยใช้การทดสอบการทนต่อกลูโคส 75 กรัม (OGTT), หากพบว่าค่าน้ำตาลในเลือดสูงเกินกว่าเกณฑ์ปกติ จะถูกวินิจฉัยว่าป่วยเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์(GDM)

วิธีการทดสอบการทนต่อกลูโคส 75 กรัม (OGTT) จะต้องอดอาหารไปโรงพยาบาลตั้งแต่เช้าเพื่อตีมน้ำตาลกลูโคส และเจาะเลือดไปตรวจ 3 ครั้ง คือ ก่อนตีมน้ำตาลได้ 1 ชั่วโมง และหลังตีมน้ำตาลได้ 2 ชั่วโมง

## Q: จะเกิดผลอย่างไรต่อร่างกาย?

**A:** โรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ ผู้ป่วยอาจจะไม่ค่อยรู้สึกอะไรกับอาการป่วยของตัวเอง แต่หากระดับน้ำตาลของแม่สูงขึ้น ระดับน้ำตาลของทารกในครรภ์จะสูงตามไปด้วยจะส่งผลเสียต่อทารกได้

- ผลกระทบต่อแม่: เป็นโรคความดันโลหิตสูงขณะตั้งครรภ์ (HDP), น้ำคร่ำเพิ่มสูงขึ้นทำให้คลอดก่อนกำหนด, ป่วยเป็นโรคเบาหวานหลังคลอดลูก
- ผลกระทบต่อทารกในครรภ์: ภาวะแท้งลูก, ทารกผิดปกติ, ตัวใหญ่กว่าปกติ, เกิดผลเสียต่อหัวใจ, หลังคลอดแล้วน้ำตาลในเลือดต่ำ, ตัวเหลือง, เสียชีวิตได้

## Q: ต้องรักษาอย่างไร?

**A:** การควบคุมน้ำตาลไม่ให้สูงขณะตั้งครรภ์ เช่น แบ่งมื้ออาหารเป็นวันละ 4-6 ครั้ง, ถ้าระดับน้ำตาลในเลือดยังสูงมากต้องฉีดอินซูลิน โดยเฉพาะช่วงหลังตั้งครรภ์ น้ำหนักตัวของแม่ควรเพิ่มขึ้น 300 กรัมในแต่ละสัปดาห์ ส่วนใหญ่หลังคลอดแล้วระดับน้ำตาลของแม่จะกลับเข้าสู่ระดับปกติ แต่แม่อาจจะป่วยเป็นโรคเบาหวานได้ง่ายในอนาคต หรือยังป่วยเป็นโรคเบาหวานต่อเนื่อง