もっと知りたい、健康のこと。

日赤News

静岡赤十字病院広報誌
2023年・新緑号
vol.366
|季|刊|発|行|

ほっとニュース
患者さんを!病院を!きめ細かいサービスで支えます
静岡赤十字病院ボランティアサークルのご紹介

しずおかクロスNAVI
「日本脳卒中学会認定脳卒中センター コア施設」に認定されました

information
当院に新たに赴任した医師をご紹介します

[特集] ママと赤ちゃんそして将来の健康のために
正しく知っておきたい「妊娠糖尿病」

静岡赤十字病院ボランティア募集

写真は当院で働くスタッフが毎号出ます。

注目のトピックス

今号のテーマ: 妊娠糖尿病

ママと赤ちゃんそして将来の健康のために

正しく知っておきたい「妊娠糖尿病」

新しい命を授かった女性の体にはさまざまな変化がありますが
その変化によって引き起こされるのが「妊娠糖尿病」。
妊娠中の血糖コントロールは、母体の健康やスムーズな出産、
さらに生まれてくる赤ちゃんの将来の健康をも左右する
重要な要素であることがわかってきています。

教えて ドクター Q&A

糖尿病・内分泌代謝内科
平原 直子 副部長

趣味は学生時代に始めたという登山。「最近は忙しくて、全然」と控えめな口調ながら、聞けば国内のみならず海外にも遠征してきたという本格派。「下山後の疲れを癒す温泉とお酒がまた格別なんです」

Q 妊娠糖尿病を発症すると、母体と赤ちゃんにはどのようなリスクがありますか?

A 妊娠中の糖代謝異常はお母さんの体や赤ちゃんにさまざまな影響を及ぼします。お母さんについては妊娠高血圧症候群や羊水過多、お腹の赤ちゃんが大きくなりすぎれば難産や帝王切開となることも。もともと糖尿病を患っていれば糖尿病網膜症や糖尿病腎症が悪化する恐れもあります。赤ちゃんについては胎児高血糖による先天異常や形成異常、肩甲難産による分娩時の外傷、ほかに新生児低血糖症や新生児高ビリルビン血症、新生児呼吸窮迫症候群、新生児低カルシウム血症、新生児心筋症、新生児多血症、胎児発育不全などがあります。また無事に成長しても、将来において肥満症や糖尿病のリスクを負うことになります。

Q 将来的に妊娠を望んでいます。予防のためにどんなことを気をつけたらいいでしょう。

A もともと日本人を含む東アジア人は欧米人と比べて膵臓の機能が弱く、インスリン分泌が低いといわれています。脂肪が多くハイカロリーな西洋型の食生活は糖尿病を引き起こす要因となり得るので、日頃から規則正しい食生活を心がけること。また年一回の健康診断をきちんと受けて、自分の健康状態や血糖値を意識しておくようにしてください。

さまざまなリスクがある妊娠中の糖代謝異常

一般に「糖尿病」とは、糖代謝を司るインスリンが十分に働かないために、血液中を流れるブドウ糖（血糖）が増えてしまう病気のこと。これに対して「妊娠糖尿病」とは、妊娠中に初めて発見された軽度の糖代謝異常を指します。空腹時または食後の血糖値が異常に高くなった状態で、いわば糖尿病の一歩手前の状態です。

妊娠糖尿病の診断基準は一般的な糖尿病より厳しく定められているのですが、その理由は、妊娠中の高血糖は胎児の過剰発育が起こりやすく、さまざまな合併症を起こしやすいためです（図1）。

また妊娠中の母体は胎児に絶えず栄養を与えているため、空腹時の血糖値は低くなることが多く、その一方で胎盤から出るホルモンの影響でインスリンが働きにくくなるために、食後の血糖値は上がりやすい。このように妊娠中の体は、たとえもともと糖尿病がない方でも、血糖値が高くなりやすい状態にあるのです。

妊娠糖尿病と診断されるのは妊婦さん全体の7～9％。妊娠糖尿病の危険因子には糖尿病の家族歴や肥満、35歳以上の高年齢、また過去に妊娠・出産を経験している方であれば4000g以上の巨大児分娩や原因不明の習慣性早産、周産期死亡率など、さまざまな事柄があります。

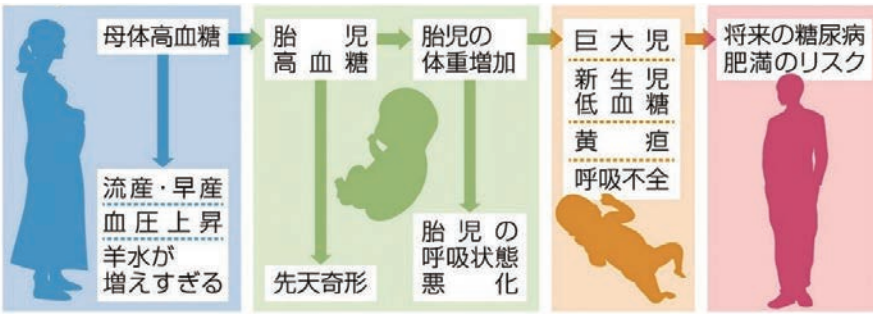
ちなみに妊娠前から糖尿病と診断されている場合（糖尿病合併妊娠）や、妊娠中に明らかな糖尿病が認められる場合は妊娠糖尿病とは呼びませんが、これらは妊娠糖尿病よりもっと重い状態ですから、さらに厳密な血糖管理が必要となります。

治療は食生活の改善とインスリンの投与

治療の基本は食事療法とインスリンの投与。食生活が偏っていた場合はまず食の改善からスタートしますが、必要な栄養が足りていないと赤ちゃんの成長に悪影響を及ぼすこともあるので、極端な食事制限はNG。通常はバランスのとれた食事をとりながら、適切な量のインスリンを使っていきます。インスリンに対して抵抗を持つ方もいますが、投与が必要なのは出産までの限られた期間。妊娠週数が進むにつれてインスリンの量は増えていきますが、出産を終えればインスリン投与は必要なくなります。また使用されるインスリンは妊娠中の使用について推奨されたものですので、赤ちゃんの健康のためにもインスリンを忌避せず使用してほしいです。

また妊娠糖尿病と診断された場合、出産後に血糖値が改善しても、将来的に再び糖尿病を発症するリスクがあります。ですから、経過観察や定期検診の受診はとても大事。出産後のお母さんは子育てに忙しく、つい自分の健康管理を後回しにしがちですが、周囲のご家族もぜひ気を配っていただければと思います。

図1）母親の高血糖が及ぼす影響



INFORMATION

静岡赤十字病院ボランティア募集

特別な資格や経験がなくても、患者さんの役に立ちたいという気持ちをお持ちの方、静岡赤十字病院ボランティアサークルに所属してみませんか。
明るく元気な方、患者さんの気持ちを理解でき優しい心をお持ちの方を募集しています。
お気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】 静岡赤十字病院 総務企画課 総務係 ☎054-254-4311（代表）

※静岡市元気いきいきシニアサポーターのポイント対象です。
※体験も相談にのります。いつでもご相談ください。

表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

薬剤師
（左より）足立萌さん　西川真由さん

臨床の最前線で業務に就く病院薬剤師。時には困難や責任も伴いますが、その分やりがいも大きな仕事です。「急性期医療に携わりたくてこの仕事を選びました」と足立さん、「先生や患者さんとのやりとりから多くを学んでいます」と西川さん。充実した表情が印象的な2人でした。

ほっとニュース

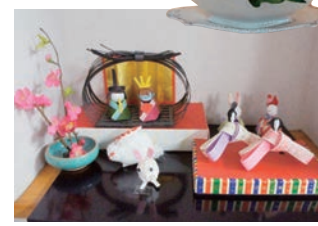
患者さんを!病院を!きめ細かいサービスで支えます

静岡赤十字病院
ボランティアサークルのご紹介

患者さんの気持ちに寄り添います

院内で、ピンクのエプロンに赤十字マークのワッペンを付けた方を見かけたことはありませんか？　彼女たちはボランティアの立場で患者さんや病院を支えてくださっている、静岡赤十字病院ボランティアサークルの皆さんです。
発足したのは平成元（1989）年5月、当初は100名ほどが参加して活動をスタート。35年目を迎えようとしている現在も「初心を忘れず、明るく楽しく誠実に」をモットーに、36名が活動しています。当院にとってなくてはならない存在となっている皆さん、多岐に渡る活動内容の一部をご紹介します。

移動図書では病棟を伺い、患者さんに本の貸し出しを行っています



エレベーターホールを彩る四季折々の装飾（作品にはお手をふれないようお願いします）

1号館の1,2階では来院者の案内や車椅子移動の補助を行っています

病棟でさまざまな作業を行うことも

サークル室ではミシンによる制作作業も

INFORMATION インフォメーション

当院に新たに赴任した医師をご紹介します

2023年4月1日付にて、当院に新たに43名の医師が赴任いたしました。
今後も皆様に信頼される医療を目指し、病院一同一丸となって頑張ります。

診療科	氏　名
総合内科	松本　泰
糖尿病･内分泌代謝内科	山田　賀奈子
脳神経内科	永岡　茉莉奈
脳神経内科	齊藤　喬
脳神経内科	鈴木　理恵子
呼吸器内科	髙橋　進悟
呼吸器内科	鈴木　健太郎
消化器内科	山田　裕
消化器内科	石黒　友也
消化器内科	及川　亮
消化器内科	高橋　春奈
消化器内科	横山　翔平
循環器内科	伊東　志優
循環器内科	髙嶋　泰世
外科	北　英典
外科	松島　宏和
整形外科	河　姫暎
整形外科	今井　貴哉
整形外科	小島　史也
整形外科	関根　大揮
形成外科	林　大輔
脳神経外科	山本　真嗣

診療科	氏　名
産婦人科	中山　真里
産婦人科	田中　梨紗子
耳鼻咽喉科	須田　悟史
眼科	小澤　由季
泌尿器科	平井　千晶
泌尿器科	武内　勲
麻酔科	松野　孝幸
放射線科	金井　大輔
初期臨床研修医	相沢　航平
初期臨床研修医	金村　綺音
初期臨床研修医	國弘　治豊
初期臨床研修医	鈴木　康史
初期臨床研修医	諏訪　弘治
初期臨床研修医	中　洸仁
初期臨床研修医	前田　千恵子
初期臨床研修医	矢野　聡士
初期臨床研修医	山口　聡太
初期臨床研修医	山﨑　浩平
初期臨床研修医	山村　響
初期臨床研修医	冨田　巌
初期臨床研修医	岡本　千央

暮らしに役立つ情報をおとどけ

しずおかクロス NAVI

「日本脳卒中学会認定 脳卒中センター　コア施設」に認定されました

当院はこれまで急性期の総合病院として、また日本脳卒中学会認定脳卒中センターとして、脳卒中治療に尽力してきました。このたび同治療のいっそうの充実・向上を図ることで「日本脳卒中学会認定一次脳卒中センター（PSC）コア施設」認定を受けました。

この認定には高度な医療を24時間365日絶え間なく提供できる体制はもちろん、「脳血管内治療専門医・実施医が3名以上在籍し治療実績があること」「脳卒中認定看護師や脳卒中に精通した医療ソーシャルワーカーにより構成される脳卒中相談窓口の設置」など、厳しい条件が義務付けられています。

当院には救命救急センターに加え、脳神経内科医10名・脳神経外科医4名が在籍するなど、高度な脳卒中治療を提供できる環境が整っています。

県内における数少ない脳卒中治療拠点のひとつとして、今後も地域における中心的な役割を担ってまいります。

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society　静岡赤十字病院
〒420-0853 静岡市葵区追手町8-2　TEL.054-254-4311
https://www.shizuoka-med.jrc.or.jp　静岡赤十字　検索