

栄養管理室から説明!

糖尿病教室 について



栄養管理室
栄養管理室長
井上 聡美
いのうえ さとみ

当院では、糖尿病専門医、看護師、薬剤師、臨床検査技師、管理栄養士がチームを作り、糖尿病教室を行っています。糖尿病について各職種スタッフがそれぞれの立場から、わかりやすくお話しします。

今回は、当院の『やさしい糖尿病教室』と『季節の糖尿病教室』についてご紹介します。

❖ やさしい糖尿病教室 ❖

対象者 糖尿病の患者さま・ご家族(入院)

日程 毎週水・金曜日

場所 地域医療研修センター2階 研修室3

内容

曜日	時間	担当	内容
水曜日	14:30~15:00	看護師	糖尿病と日常生活
	15:00~16:00	医師	糖尿病とは
金曜日	15:00~15:15	薬剤師	糖尿病と薬について
	15:15~15:30	臨床検査技師	糖尿病の検査について
	15:30~16:30	管理栄養士	食事療法について

❖ 季節の糖尿病教室 ❖

対象者 糖尿病の患者さま・ご家族(入院・外来)

開催月 3・6・10月(第3水曜日)

場所 地域医療研修センター2階 研修室2

内容 12:00~13:00 試食会(外来患者対象)

13:00~ 講義(医師、看護師、薬剤師、理学療法士、臨床検査技師、管理栄養士)

特別講演(毎回テーマは変わります)

春の糖尿病教室(令和6年3月9日開催)

お食事会の様子



栄養バランスを楽しく学べるようバイキング形式で実施



旬の食材をふんだんに使用した春を感じるメニュー



患者さまと病院スタッフの楽しい交流の場となったお食事会の様子

講義の様子



特別講演 西川糖尿病・内分泌内科部長による「糖尿病の最新情報について」

糖尿病の患者さま、ご家族の方でご興味のある方はお気軽にご参加ください。

くす通信

第280号
2024年6月1日

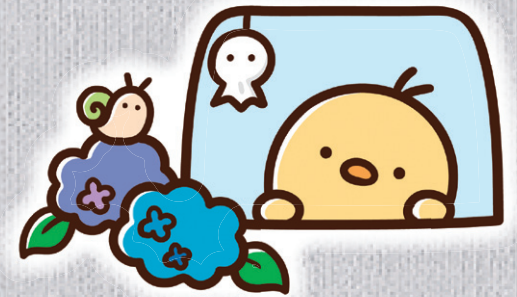
国立病院機構熊本医療センター 発行

糖尿病・内分泌内科より

妊娠糖尿病について

栄養管理室より

糖尿病教室について



「くす(樟)」の由来について

くす(樟)は常緑の広葉樹で、熊本城内に多く見られます。種々の精油成分を含み、良い香りがします。樟脳をはじめ色々な薬用成分が抽出されるなど有用な薬用樹でもあります。また、くすし(薬師)とは、医師のことを指し、くすしぶみ(薬師書)は医術に関する書物のことを言います。本誌はこの「くす」にあやかり、健康な生活を送るために情報を提供しております。お気軽にお読み下さい。

妊娠糖尿病 について

糖尿病・内分泌内科部長
糖尿病センター長

にしかわ たけし

西川 武志



妊娠糖尿病

妊娠中の糖代謝異常（食前や食後の血糖値が異常に高くなった状態）には、糖尿病が妊娠する前から存在していた“糖尿病合併妊娠”と妊娠中にはじめて発見された糖代謝異常があります。そして後者には“妊娠中の明らかな糖尿病”と“妊娠糖尿病”があります。妊娠糖尿病はこの3つの糖代謝異常の中では最も軽症です。妊娠中に初めて発見または発症した糖尿病に至っていない糖代謝異常と定義されています。

妊娠糖尿病は軽症の糖代謝異常ですが、胎児の過剰発育が起こりやすく、様々な周産期合併症のリスクが高いことが知られています。また母児ともに出産後の糖尿病発症リスクが高いことも知られています。このため、妊婦の方には妊娠初期から糖代謝異常についての検査を受けていただいています。そして、妊娠糖尿病と診断された方は適切な治療を受けていただくことになります。

なお、“糖尿病合併妊娠”や“妊娠中の明らかな糖尿病”は、妊娠糖尿病より重症です。血糖値をより厳密に管理する必要があります。また妊娠前に糖尿病と診断されている方は、妊娠前から血糖値や糖尿病合併症（網膜症や腎症）を十分に管理し、その上で計画的に妊娠することが

必要です。

妊娠糖尿病の方の血糖管理目標は、妊娠糖尿病の方の血糖値を、可能な限り妊娠糖尿病でない妊婦の方の血糖値に近づけるという観点から定められています。具体的には、空腹時血糖値 95mg/dl 未満、食後2時間血糖値 120 mg/dl 未満、また過去1-2か月間の血糖値の平均を表すHbA1c値は 6.0-6.5% 未満です。とても厳しい目標値と思われるかもしれませんが、適切な治療を受けることで達成できます。

治療では、まず、適切な食生活と適度な運動を基本とした生活習慣改善を行っていただきます。それでも血糖管理目標を達成できない場合は、薬物療法を検討しますが、インスリン以外の糖尿病治療薬は妊娠中の安全性が確立していません。このため、薬物療法はインスリン療法になります。ご自分での注射になりますので、怖いと感じられる方も多いと思いますが、自己注射用の針はごく細く作られていて、痛みはほとんど感じないようです。妊娠糖尿病の方には、自己血糖測定を行っていただくことも推奨しています。残念ながらすべての妊婦の方が保険適用ではありませんが、インスリン治療中の方は保険適用になります。治療による血糖降下の程度を把握することができるため、とても有用な方法です。

妊娠糖尿病の治療目標は、周産期合併症を防ぐことです。妊娠糖尿病について、適切な知識を得て、健康な赤ちゃんを産んでいただきたいと思います。

糖尿病・内分泌内科の紹介

糖尿病・内分泌内科では代謝・内分泌疾患の専門診療を行っています。代表的な代謝疾患として糖尿病、脂質異常症があり、内分泌疾患として甲状腺疾患、下垂体疾患（先端巨大症・クッシング病・尿崩症など）、副腎疾患（副腎腫瘍・クッシング症候群・原発性アルドステロン症など）があります。

糖尿病の方、特に初めて診断された糖尿病の方や妊娠糖尿病の方に対しては、糖尿病教育入院をお勧めしています。糖尿病教育入院では、独自の糖尿病教育パンフレットを使用し、各職種が担当して「やさしい糖尿病教室」を行っています。糖尿病の基本である「自己管理のための知識と技術」を短期間で習得できます。

国立病院機構熊本医療センター

- 診察日 月曜日～金曜日
- 休診日 土・日曜日及び祝日
年未年始（12月29日～翌年1月3日）
- 受付時間 8：15～11：00
〒860-0008 熊本市中央区二の丸1-5
TEL 096(353)6501(代表)
FAX 096(325)2519
H P <https://kumamoto.hosp.go.jp/>

※ 形成外科のみ受付は、水曜日以外の13:30～16:30となります。

※ 一部の科では、午後に予約診療を行っていますが、新患、予約のない方の午後診療は行っておりません。急患はいつでも受診できます。