

既往妊娠糖尿病女性の 2型糖尿病発症予防法について —最新の海外の知見—

川崎 麻紀 *Maki Kawasaki* (国立成育医療研究センター政策科学研究部)

荒田 尚子 *Naoko Arata* (国立成育医療研究センター周産期・母性診療センター母性内科医長)

● key words 妊娠糖尿病 / 2型糖尿病 / 生活習慣改善 / 教育 / 授乳

はじめに

妊娠中の軽度の耐糖能異常である妊娠糖尿病は、出産後に耐糖能は正常化する一方で将来の2型糖尿病発症のリスクが高いことが知られている。欧米を中心としたメタアナリシスでは、妊娠糖尿病既往女性の2型糖尿病発症相対危険度は、妊娠中耐糖能正常女性の7.4倍であることが示された¹⁾。これらの2型糖尿病発症高リスク対象者である妊娠糖尿病既往女性への予防介入方法に関する研究が海外ではすでに行われている。そこで、教育、生活習慣改善、授乳、薬物療法、probioticsなどの介入方法に分けて、妊娠糖尿病既往女性における産後2型糖尿病発症予防に関する研究をレビューした。

I. 妊娠糖尿病女性への教育

1990年代の分娩後3～5年以内の妊娠糖尿病既往女性を対象としたカナダにおけるアンケート調査の結果、2型糖尿病のハイリスクであることを自覚していたのは47%と半数以下であった²⁾。さらに、2007年の米国からの報告では、妊娠糖尿病既往女性に将来の2型糖尿病発症のハイリスク

であることを知らせても16%の女性しか自覚していなかった³⁾。その後、分娩前に妊娠糖尿病女性に産褥期のOGTT (oral glucose tolerance test) の必要性や減量を含めた生活習慣の改善の指導などのカウンセリングを5～10分施行することによって、産後のフォローアップ率が33%から53%に上昇していることが米国から報告された⁴⁾。このように、妊娠糖尿病が将来の2型糖尿病発症の危険因子であることを十分に患者に知らせること、すなわち妊娠糖尿病女性への教育が、産後のフォローアップ受診率を上げるために重要である。

II. 生活習慣改善

生活習慣（食事療法、運動療法、体重管理）による妊娠糖尿病既往女性の2型糖尿病発症予防を目的としたRCT (randomized controlled trial) の結果を以下に示した。食事療法単独による介入は1研究のみであったが、負荷後血糖値を改善した。いくつかの運動療法単独介入に関する研究では、代謝マーカーの改善さえも示されていない。包括的生活習慣改善プログラムによる介入研究では、産後数年たったからの強化介入は有効であったが、妊娠中あるいは産直後からの介入では、現在の時点で確実な効果を示した