



10 将来のために今から健康的な生活習慣を身につけましょう

毎年健康診断を受けることも大切よ

早期発見や早期対処が必要ですね

はい

### 妊娠前的高血糖と子どもの先天異常の頻度

\*妊娠初期、特に器官形成期(妊娠4~8週)の血糖値が安定しないと先天異常の出現率が高くなります

HbA1c(%)	児の先天異常の頻度(%)
~6.1	3.3
6.2~6.8	5.3
6.9~7.3	4.2
7.4~7.8	9.5
7.9~8.3	14.3
8.4~	24.1

HbA1cは1-2ヶ月前の血糖の平均値を示します。4.6~6.2%が基準値です。

例えば妊娠した時に血糖の状態を表すHbA1cが高いと赤ちゃんの先天異常のリスクが高まります

ええっ、怖いね今から気をつけなくちゃ

先天異常とは赤ちゃんが何らかの病気や障がいをもって生まれてくる身体的異常のこと

8 10~20代では何しても平気だと思えるけど

実は未来のからだに影響があるんですよ