

کنترل و تشخیص دیابت بارداری

زنانی که در معرض خطر دیابت بارداری هستند باید هر چه سریع‌تر به منظور تشخیص دیابت بارداری غربالگری گردند و سایر زنان نیز بایست در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری به منظور بررسی دیابت بارداری غربالگری شوند.

به منظور غربالگری دیابت آزمایشی به نام «تست تحمل گلوکز خوراکی» انجام خواهد گرفت. برای انجام این آزمایش ابتدا باید یک نوشیدنی شیرین بنوشید و قند خون شما یک ساعت بعد از اندازه‌گیری می‌شود. اگر مقدار قند خون شما برابر یا بیشتر از ۱۴۰ میلی‌گرم در دسی لیتر باشد به عنوان مقادیر غیر طبیعی در نظر گرفته می‌شود و پزشک برای شما آزمایش تحمل گلوکز سه ساعته یا دو ساعته تجویز خواهد کرد. برای انجام این آزمایش باید ناشتا باشید و ۸ ساعت چیزی نخورده باشید. اگر نتایج اندازه‌گیری شده حداقل در ۲ مورد بیشتر از حد



افراد در معرض خطر:

اضافه وزن قبل از بارداری

سابقه‌ی خانوادگی دیابت

سابقه‌ی دیابت بارداری، مرده‌زایی، سقط

جنین یا نوزاد درشت با وزن بیش از ۳۴۰۰

گرم در بارداری‌های قبلی

سندرم تخمدان پلی کیستیک

فشار خون بالا، کلسترول بالا یا بیماری‌های

قلبی

وجود قند در ادرار

دیابت بارداری

دیابت بارداری چیست؟

دیابت بارداری به شرایطی گفته می‌شود که افزایش قندخون برای اولین بار در دوران بارداری دیده شود. جفت در دوران بارداری هورمون‌هایی ترشح می‌کند که می‌تواند منجر به افزایش قند خون مادر شود. در حالت عادی لوزالمعده برای کنترل این افزایش به اندازه‌ی کافی انسولین تولید می‌کند ولی اگر این اتفاق نیفتد سطح قند خون افزایش می‌یابد.

عوارض دیابت بارداری

قند خون بالا در دوران بارداری می‌تواند منجر به رشد زیاد جنین و بزرگ شدن جثه نوزاد شود که خود این موضوع می‌تواند مشکلاتی هنگام زایمان ایجاد کند. هم چنین کنترل نشدن مناسب دیابت بارداری ممکن است منجر به تولد نوزاد با قند خون پایین، پرقان یا مشکلات تنفسی شود.

استاندارد باشد شما مبتلا به دیابت بارداری

هستید

کنترل و درمان دیابت بارداری

\$ اهمیت ویژه به رژیم غذایی :

دقت در مصرف غذاهای حاوی کربوهیدراتها استفاده از غلات کامل مانند برنج قهوه ای و نانهای سبوس دار، همچنین غذاهای فیبردار مثل جودوسر، میوه جات، سبزیجات و حبوباتی مثل لوبیا، عدس و نخود، سبزیجات مثل قارچ، پیاز، بادمجان، گوجه فرنگی، کدو سبز، میوه جات مانند توت فرنگی، گریپ فروت، آواکادو، توت سیاه و سیب

\$ ورزش و فعالیت بدنی سبک روزانه حدود ۱۵ تا ۳۰ دقیقه

\$ بررسی قند خون در طی روز: در مراحل اولیه توصیه می گردد که ۴ بار در روز قند خون را با دستگاه های اندازه گیری قند خون کنترل نمایید (قبل از صبحانه و ۲ ساعت پس از هر وعده غذایی).

\$ بررسی روند افزایش وزن

\$ مصرف انسولین در صورت نیاز

\$ کنترل افزایش فشار خون بیمار

نوع زایمان در زنان مبتلا به دیابت :

در حالی که بیشتر زنان مبتلا به دیابت بارداری، قادر به زایمان طبیعی هستند برخی از پزشکان ترجیح می دهند که زایمان زودتر از موعد مقرر انجام شود به همین دلیل ممکن است عمل سزارین پیشنهاد شود.

پیگیری های بعد از زایمان

۶ هفته پس از زایمان سطح قند خون باید دوباره بررسی شود و پس از آن نیز نیاز به

بررسی سالانه خواهید داشت.



بیمارستان شهید محمد منتظری

دیابت بارداری



تاریخ تدوین : ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۴/۰۹/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۷/۰۹/۲۸

کد : MH.BR.PE.OBE.۲۱۴

واحد آموزش به بیمار