



دیابت بارداری



واحد آموزش بیمارستان (وبژه مراجعین)
پاییز ۱۴۰۰



آدرس بیمارستان : تهران- میدان فاطمی- نیش خیابان چهلستون

کد پستی : ۹۴۴۱۱-۱۴۳۱۶۴

شماره تلفن مرکز: ۰۲۰۰۲۰۰۰۵۷۹

شماره نمابر : ۰۲۰۱۱۰۵۷۹

آدرس پایگاه اطلاع رسانی (سایت اینترنتی) :

WWW.SHAHRAMHOSPITAL.IR

آیا من در طی بارداری دچار دیابت بارداری خواهم شد؟

پیش بینی این که کدام یک زنان دچار دیابت بارداری خواهند شد امری مشکل است ، اما برخی زنان به نسبت به سایرین در معرض خطر بیشتر ابتلا به دیابت بارداری هستند. شانس ابتلای شما به دیابت بارداری بیشتر خواهد بود چنان چه:

- مرده زایی
- تولد نوزاد نارس
- آفت قند خون در نوزاد
- افزایش احتمال فشارخون بارداری

آیا لازم است از نظر دیابت بارداری بررسی شوم؟

بله ، تمام زنان باردار می بایست برای دیابت بارداری بررسی شوند. تمام زنان باردار می بایست در حوالی ماه های ۶ یا ۷ (مطابق با هفته های ۲۴ تا ۲۸ حاملگی) بررسی شوند ، اما زنان با خطر بالاتر برای ابتلا به دیابت بارداری باید زودتر از این زمان مورد ارزیابی قرار گیرند (در اولین ویزیت) آزمایش تحمل گلوکز توسط پزشک درخواست می شود. بدین ترتیب مشخص می شود ، قند خون شما دنبال مصرف گل.کز چقدر افزایش می یابد.



دیابت بارداری چیست؟

دیابت بارداری همانند سایر انواع دیابت اختلالی است که نحوه‌ی مصرف قند توسط بدن را مختل می‌سازد. دیابت بارداری شکلی از دیابت است که برخی زنان در طی بارداری مبتلا می‌شوند. دلیل ایجاد اختلال این است که بارداری نیاز بدن به انسولین را افزایش می‌دهد، در حالی که بدن همیشه نمی‌تواند به مقدار کافی انسولین تولید نماید.

تجمع قند در عروق شما می‌تواند برای شما مضر باشد خصوصاً زمانی که شما باردار هستید و عوارض ناخواسته‌ای برای شما و جنین دارد.

دیابت بارداری چه تاثیری بر مادر و فرزندش دارد؟

این اختلال می‌تواند منجر به بزرگ شدن جنین (بیش از ۴ کیلوگرم) شود، که این خود مشکل ساز است زیرا یک جنین بزرگ ممکن است هنگام زایمان دچار آسیب شود، هم چنین یک جنین بزرگ ممکن است هنگام زایمان به مادر خود نیز آسیب وارد کند. گاهی اندازه جنین مناسب نبوده و مادر بایست تحت عمل سزارین (جراحی به منظور خروج جنین) قرار گیرد. دیابت بارداری هم چنین احتمال بروز پره-اکلامپسی که یک بیماری تهدید کننده‌ی حیات است را افزایش می‌دهد.

(پره‌اکلامپسی یا مسمومیت حاملگی، سبب افزایش فشارخون می‌شود)



خانم هایی که سابقه ابتلا به دیابت بارداری را دارند باید به خاطر داشته باشند ، احتمال بروز دیابت در حاملگی بعدی و همینطور احتمال ابتلای آنها به دیابت نوع ۲ زیاد می باشد.

دیابت بارداری چگونه درمان می شود؟

به منظور درمان دیابت بارداری ، شما می بایست قند خون را مرتب اندازه گیری کنید و این کار می توانید به آسانی یاد بگیرید.

اغلب زنان به انسولین یا سایر درمان های دیابت نیاز خواهند داشت.



آیا لازم است

ورزش کنم؟

شما نیاز نیست برای درمان دیابت ورزش کنید ، اما داشتن فعالیت به شما کمک می کند که قند خون خود را کنترل کنید. اگر از قبل ورزش می کردید ، همان ورزشی را که انجام می دادید، ادامه دهید. اگر تا به حال ورزش نمی کردید و حالا قصد ورزش دارید ، از پزشک یا پرستار خود سوال کنید که چه نوع ورزشی برای شما مناسب است.

تشخیص دیابت بارداری چگونه انجام می‌شود؟

برای تمامی خانم‌های باردار در ویزیت اولیه خون ناشتا همراه سایر آزمایشات معمول انجام می‌شود. چنانچه:

● قند خون ناشتا بالای ۹۵ باشد ، تست امتحان گلوکز (Glucose Challenge Test یا GCT یا GTT) در ویزیت اولیه انجام می‌شود.

● چنانچه قند خون ناشتای خانم باردار مشکلی نداشته باشد تست GCT یا GTT در هفته ۲۴-۲۸ بارداری انجام می شود.

● در افرادی که در گروه پرخطر قرار دارند در صورت طبیعی بودن میزان قند خون در ویزیت اولیه آزمایش GCT باید در هفته ۲۴-۲۸ مجدداً انجام شود.

● زمان انجام کلیه تست‌های فوق بستگی به نظر پزشک معالج شما دارد.

روش انجام تست امتحان گلوکز (GCT)

به این صورت است که خانم حامله باید ۵۰ گرم گلوکز بخورد و قند خون او یک ساعت بعد از آزمایش شود. اگر قند خون او بیشتر از ۱۳۰ باشد به دیابت حاملگی مشکوک می شویم. در صورتی که تست امتحان گلوکز مثبت باشد، برای تشخیص قطعی دیابت حاملگی باید تست تحمل گلوکز ۳ ساعته را انجام داد. در صورتی که تست امتحان گلوکز منفی باشد ولی فرد دارای عوامل خطر دیابت حاملگی باشد نیز این تست انجام می شود.

جهت انجام تست تحمل گلوکز ۳ ساعته ، خانم حامله ابتدا باید به مدت ۸ ساعت ناشتا باشد و سپس ۱۰۰ گرم گلوکز مصرف کند و قندخون وی ساعت اول، دوم و سوم پس از مصرف قندخون اندازه‌گیری شود.

لزوم استفاده از دستگاه قندخون و زمان‌های کنترل توسط پزشک شما تعیین می شود. اگر شما طبق دستور پزشک معالج تان نیاز به کنترل قند خونتان با دستگاه گلوکمتر دارید ، حتما پس از هر بار چک قند خونتان را در دفترچه مخصوص ثبت کنید و در زمان ویزیت پزشک همراه خود داشته باشید.

با توجه به این که دیابت بارداری ، معمولاً با اتمام دوران بارداری از بین می رود شما می توانید ۶-۱۲ هفته پس از زایمان برای اندازه گیری میزان قند خون خود اقدام کنید.

