

دیابت در بارداری



زایشگاه بیمارستان شهداء زیراب

تهیه کننده: فاطمه غضنفری

دیابت در بارداری چیست؟

دیابت بارداری نوعی از دیابت است که اولین بار در یک خانم باردار پدیدار میشود. قند خون بالا در بارداری برای جنین و مادر مضر میباشد. با شناسایی و کنترل مناسب دیابت بارداری می توان از بروز عوارض آن جلوگیری کرد. این پمفلت به منظور آشنایی شما مادر باردار با دیابت باراری و روش های کنترل و کاهش عوارض آن تهیه شده است.

دیابت بارداری به چه علت ایجاد میشود؟

انسولین ماده ای است که تنظیم قند خون را در بدن به عهده دارد. در طی یک بارداری طبیعی، تغییراتی در سطح هورمونها رخ می دهد که در نتیجه ی این تغییرات در افرادی که زمینه مساعدی دارند، انسولین دیگر نمی تواند به درستی عمل خود را انجام دهد و در نتیجه قند خون بالا میرود.

عوامل خطر ابتلا به دیابت بارداری چیست؟

جهت تشخیص عوامل خطرزای ابتلا به دیابت بارداری همه ی موارد زیر را در خود کنترل کنید و در اولین ویزیت دوران حاملگی با پزشک خود درمیان بگذارید:

پدر، مادر، خواهر و برادر مبتلا به دیابت

اضافه وزن

سابقه دیابت بارداری و یا ابقه تولد نوزادی با وزن بیش از ۴ کیلوگرم

اگر یک یا تعداد بیشتری از عوامل خطر را دارید، احتمال ابتلا به دیابت بارداری در شما بالاتر از کسانی است که این عوامل خطر را ندارند.

اگر هیچ یک از عوامل خطر را ندارید، خطر ابتلای شما به دیابت بارداری کم است.

چه کسانی و چه وقت باید از نظر دیابت بارداری

بررسی شوند؟

بسته به عوامل خطرزا، پزشک شما درباره ی لزوم بررسی وزمان انجام آزمایش های لازم تصمیم گیری می کند. اگر خطر متوسط یا بالایی برای ابتلا به دیابت بارداری داشته باشید قند خون شما در اولین ویزیت بارداری باید بررسی شود و اگر نتیجه آزمایش طبیعی باشد بین هفته ی ۲۴ تا ۲۸ حاملگی باید مجدداً آزمایش شود.

اگر خطر پایینی جهت ابتلا به دیابت بارداری دارید بین هفته ی ۲۴ تا ۲۸ حاملگی قند خون شما اندازه گیری می شود.

قند خون ناشتا بیشتر و مساوی ۹۲

قند خون یک ساعت پس از مصرف گلوکز بیشتر

مساوی ۱۸۰

قند خون دو ساعت پس از مصرف گلوکز بیشتر مساوی

۱۵۳

غیرطبیعی تلقی می گردد.

توصیه های پس از بارداری:

به منظور کشف دیابت پایدار، در هفته ی ۶ تا ۱۲ پس از

زایمان آزمون تحمل گلوکز خوراکی درخواست می

گردد. برای خانمهایی که که نتیجه آزمایش آنها بعد

زایمان طبیعی میباشد، غربالگری دیابت هر سه سال

توصیه میگردد



آزمایش غربالگری گلوکز:

برای انجام این غربالگری یک نوشیدنی شیرین استاندارد

حاوی ۷۵ گرم گلوکز می نوشید و پس از یک ساعت

سطح قند خون شما اندازه گیری خواهد شد. این آزمایش

در هر زمانی از روز قابل انجام است اما بهتر است در

حالت ناشتا انجام گیرد. اگر قند خون در این آزمایش

بالاتر از حد طبیعی باشد شما نیاز به بررسی بیشتری

دارید.

آزمایش تحمل گلوکز خوراکی:

حداقل ۳ روز قبل از انجام این آزمایش، شما باید رژیم غذایی عادی

داشته باشید و قبل از انجام آزمایش حداقل ۸ ساعت ناشتا

باشید. قند خون قبل از انجام آزمایش اندازه گیری می شود و پس از

آن شما یک نوشیدنی شیرین استاندارد حاوی ۱۰۰ گرم گلوکز می

نوشید و قند خون شما یک ساعت، دو ساعت و سه ساعت بعد از آن

اندازه گیری می شود. اگر قند خون حداقل در دو نوبت از این

آزمایش بالاتر از حد طبیعی باشد شما مبتلا به دیابت بارداری

هستید.

دیابت بارداری چگونه تشخیص داده می شود؟

بسته به عوامل خطر و نتایج آزمایش ها ممکن

است به یک یا چند آزمایش از موارد زیر نیاز داشته

باشد.

آزمایش قند خون ناشتا:

قبل از انجام آزمایش قند خون ناشتا باید به مدت

۸ ساعت از خوردن و آشامیدن پرهیز کنید.

❖ اگر قند خون ناشتا کمتر و مساوی ۹۲ باشد، طبیعی میباشد.

❖ اگر قند خون ناشتا بین ۱۲۵-۹۳ باشد شما پره دیابتیک

میباشید و ورزش و رژیم غذایی مناسب به شما توصیه

میگردد.

❖ اگر قند خون ناشتا ۱۲۶ میلی گرم در دسی لیتر یا بیشتر

باشد، شما فرد دیابتیک محسوب میگردید و می بایست

درمان شوید.

این آزمایش ها تشخیص دیابت بارداری را در تعدادی

از بیماران مسجل می کنند ولی آزمایش های دیگری

نیز وجود دارند که در بعضی از افراد بنا به تشخیص

پزشک باید انجام شوند.