

دیابت حاملگی چیست؟

دیابت حاملگی از اختلالات مهم دوران بارداری است که به صورت عدم تحمل گلوکز در طول دوران بارداری تعریف میشود. در دیابت حاملگی هم نظیر دیابت های تیپ ۱ و ۲ قند به جای رفتن به درون سلولها و تبدیل شدن به انرژی، در داخل خون باقی میماند. دیابت حاملگی در ۳ تا ۴ درصد موارد رخ میدهد و این افراد مستعد ابتلا به دیابت نوع ۲ در آینده میباشند.



عوامل مستعد کننده دیابت

- سن بالای ۳۰ سال
- سابقه خانوادگی دیابت
- سابقه تولد نوزاد بیش از ۴ کیلوگرم
- افزایش وزن
- سابقه تولد نوزاد ناهنجار یا مرده متولد شده



تشخیص دیابت بارداری

چنانچه خانم بارداری سابقه مرده زایی، حداقل دو بار سقط خودبه خودی، تولد نوزاد بیشتر از ۴ کیلوگرم، سابقه دیابت در افراد درجه یک خانواده و چاقی را داشته باشد، باید در اولین ویزیت جهت دیابت بارداری آزمایش شود؛ در غیر این صورت در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری آزمایش انجام گردد.

دیابت و عوارض مادری

در صورت عدم کنترل صحیح دیابت بارداری احتمال بروز عوارضی مانند:
افزایش فشار خون
افزایش خطر مسمومیت حاملگی
پلی هیدروآمنیوس
زایمان زودرس، افزایش عمل سزارین و خطرات آن
صدمات زایمانی
وجود دارد.



مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع)

واحد آموزش پرستاری

دیابت بارداری

بهار ۱۴۰۳

درمان دیابت حاملگی

درمان دیابت حاملگی به شدت بیماری بستگی دارد.



رژیم غذایی: رژیم غذایی مناسب که در آن تعادل پروتئین، چربی و کربوهیدرات رعایت شده و مواد معدنی، ویتامین و کالری مورد نیاز در آن تأمین شده باشد، باید تحت نظر پزشک معالج تنظیم گردد. زنان باردار به حذف کامل غذاهای شیرین از رژیم غذایی خود تشویق میشوند و مکمل های اسید فولیک برای آنها توصیه می شود.



<http://portal.arakmu.ir>

ورزش:

بهترین ورزش در دوران بارداری پیاده روی و شنا می باشد.



انسولین:

حدود ۱۵ درصد از زنان مبتلا به دیابت بارداری به مصرف انسولین نیاز پیدا میکنند. البته انسولین هیچ ضرری برای جنین ندارد.

توصیه های مهم:

تمام خانمهای مبتلا به دیابت بارداری باید ۶ هفته بعد از ختم بارداری از نظر وجود دیابت پیگیری و معاینه شوند.

عوارض کلیوی و چشمی در دوران بارداری تشدید میشود، بنابراین پیگیری از طریق آزمایش آلبومین ادرار و بررسی افتالموسکوپیک ضروری است.



دیابت بارداری و عوارض جنینی

امروزه بیشتر زنان مبتلا به دیابت حاملگی زیر نظر پزشک معالج، کودکان سالمی به دنیا میآورند. قند خون این افراد با استفاده از رژیم درمانی و ورزش و در صورت لزوم تزریق انسولین در حد طبیعی نگه داشته میشود. اما در صورتی که دیابت به خوبی کنترل نشود میتواند عواقب جدی برای نوزاد به همراه داشته باشد **مانند**

چاق و درشت شدن بیش از حد جنین و تولد با وزن بالا که به دنبال آن خطرات همراه با زایمان را افزایش میدهد.

افت قند خون بلافاصله بعد از تولد که میتواند منجر به تشنج شود.

مشکلات تنفسی

زردی

افزایش احتمال ابتلا به دیابت نوع ۲ در سالهای آینده