

## دیابت بارداری چیست؟

شکلی از دیابت است که برخی از زنان باردار را مبتلا می کند و همانند سایر انواع دیابت در آن نحوه مصرف قند خون متوسط بدن مختل می شود.

## آیا من طی بارداری دچار دیابت بارداری خواهم شد؟

برخی از زنان نسبت به سایرین در معرض خطر بیشتری از ابتلا به دیابت بارداری هستند. شانس ابتلا شما به دیابت بارداری بیشتر خواهد بود چنانچه:

- ✓ سابقه قبلی دیابت بارداری داشته باشید.
- ✓ دچار اضافه وزن باشید
- ✓ در خانواده شما فرد دیابتی وجود داشته باشد
- ✓ سابقه زایمان نوزاد بالای 4 کیلوگرم داشته باشید
- ✓ سابقه مرده زایی، سقط مکرر نوزاد دچار نقص عضو داشته باشید .
- ✓ سن شما بالای 35 سال باشد.
- ✓ سابقه فشار خون داشته باشید.

## دیابت بارداری چه اثری روی جنین من دارد؟

در صورتی که دیابت بارداری کنترل یا درمان نشود اثرات زیر را روی جنین شما می گذارد:

- ✓ چاقی و درشت شدن جنین که می تواند زایمان را برای جنین و مادر، سخت و خطرناک سازد.
- ✓ افت قند خون نوزاد بلافاصله پس از تولد
- ✓ مشکلات تنفسی

## دیابت بارداری چه تاثیری روی من می تواند داشته باشد؟

دیابت بارداری می تواند :

- ✓ سبب افزایش فشار خون شما در دوران بارداری شود .
- ✓ منجر به چاقی جنین و زایمان سخت و یا سزارین شود.

## آیا لازم است از نظر دیابت بارداری بررسی شوم؟

بله، تمام زنان باردار بایستی از نظر ابتلا به دیابت بارداری بررسی شوند. زنان باردار بایستی در حوالی ماههای 6 یا 7 مطابق با هفته های (24 الی 28 بارداری) بررسی شوند. اما زنان با خطر بالاتر، زودتر از این زمان یعنی در اولین ویزیت مورد ارزیابی قرار می گیرند. علاوه بر آزمایش قند خون ناشتا، آزمایش تحمل گلوکز توسط پزشک درخواست می شود.

## دیابت بارداری چگونه درمان می شود؟

پزشک بر اساس جواب آزمایشات ممکن است موارد زیر را توصیه نماید:

- برنامه غذایی یا رژیم دیابتی
- ورزش در حد مجاز در دوران بارداری
- انسولین و یا دارو های خوراکی



## چطور می توانم بفهمم که قند خون من در حد زیاد است؟

ممکن است پزشکان از شما بخواهند که دستگاه اندازه گیری قند خون را به این منظور در منزل تهیه کنید. هر بار که قند خون ناشتا و یا قند خون بعد از غذا را کنترل می کنید در دفترچه یادداشت کنید و در هر ملاقات حتما آنها به پزشکتان نشان دهید.





وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی  
جمهوری اسلامی ایران

کد: KH - NC - HE 48

بیمارستان خاتم الانبیا

تاریخ تدوین: 97/08

میانه

تاریخ آخرین بازنگری: 1400/01

## دیابت بارداری



تهیه و تنظیم: پریسا مختاری

سمت: سوپروایزر آموزشی و آموزش سلامت

تحصیلات: ارشد پرستاری

## آیا می توانم زایمان طبیعی داشته باشم؟

چنانچه سطح قند خون شما نزدیک به حد طبیعی باشد احتمال اینکه شما یک زایمان طبیعی داشته باشید بالا خواهد بود. هنگام زایمان پزشک شما به چک قند خون شما ادامه خواهد داد تا از بالا رفتن آن اطمینان حاصل نماید.

## پس از زایمان چه اتفاقی می افتد؟

همواره به یاد داشته باشید اگر چه دیابت بارداری به احتمال قوی بعد از زایمان از بین می رود ولی احتمال ابتلا به دیابت نوع دو در شما و جنین شما در سالهای آینده تا پایان عمر وجود دارد. ضمناً امکان ابتلا به دیابت در بارداری بعدی زیاد است.



منبع:

- ✓ هدایت اله صالح زهی، فنوش خجسته و سیما نظر پور، پرستاری و بهداشت مادران و نوزادان 1395.
- ✓ دیابت و بارداری: راهنمای مادران، خدیجه سرایلو و همکاران.

آدرس: میانه- بیمارستان خاتم الانبیا

تلفن: 04152220901-5

## در چه فواصلی باید به پزشک خود مراجعه نمایم؟

زنان دچار دیابت بارداری نسبت به سایر زنان باردار نیاز به دفعات مراجعه بیشتری دارند. اینکه در چه فواصلی مراجعه کنید. به وضعیت شما در هر مراجعه و مصرف انسولین توسط شما بستگی دارد.

طی این مراجعات پزشک شما موارد زیر را انجام خواهد داد:

- ✓ وضعیت جنین را بررسی می کند.
- ✓ در مورد رژیم غذایی شما سوال می نماید.
- ✓ از کنترل بودن قند خون شما اطمینان حاصل میکند
- ✓ چنانچه انسولین مصرف می کنید مقدار آنرا برای شما تنظیم می کند.

