

دیابت بارداری قابل درمان ست مخصوصاً اگر زود تشخیص داده شود. بهترین روش کنترل دیابت بارداری تشخیص زودرس و درمان سریع است.

اگر دیابت بارداری درمان نگردد.

۱. تولد نوزاد با وزن بالا که شانس ابتلا این نوزادان به چاقی در آینده بیشتر ست.
۲. این کودکان در خطر بیشتر ابتلا به دیابت در بزرگسالی هستند.
۳. احتمال سقط یا زایمان زودرس در این مادران بیشتر است.
۴. کمبود شدید برخی موارد مثل قند پایین در بدو تولد.

چه باید کرد؟

اگر مبتلا به دیابت بارداری هستید نکات زیر را رعایت کنید؟

- ۱- به طور مرتب قندخون خود را چک کنید.
- ۲- رژیم غذایی شما:
الف) لطفاً مواد غذایی شیرین را حذف کنید.
ب) از مواد غذایی پر کربوهیدرات مثل برنج، ماکارونی، نشاسته، سیب زمینی به میزان وفور و روزانه پرهیز کنید و

دیابت بارداری به عدم تحمل گلوکز (مواد قندی) با شدت های مختلف که اولین بار در طی بارداری شناخته یا ایجاد گردد اطلاق می گردد. سالانه نزدیک به ۱۳۵۰۰۰ خانم باردار دچار دیابت بارداری می گردند و این باعث شده است که دیابت بارداری یکی از مسائل مهم در بارداری شمرده شود.

عوامل مستعد کننده:

۱. سن بالای ۳۰ سال
 ۲. سابقه خانوادگی دیابت
 ۳. چاقی
 ۴. افزایش فشارخون
 ۵. سابقه قبلی تولد بچه درشت (وزن بالا)
- در صورتی که دچار یکی از موارد بالا هستید باید به محض تشخیص بارداری آزمایش قندخون انجام گیرد.

نشانه های دیابت بارداری چیست؟

- ۱- افزایش احساس تشنگی
- ۲- افزایش دفعات و حجم ادرار
- ۳- کاهش وزن علیرغم افزایش اشتها
- ۴- تهوع - استفراغ
- ۵- عفونت مکرر ادراری



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

دیابت بارداری چیست؟

دیابت بارداری



نویسنده مدرک	فاطمه ستاری / کارشناس مامایی
تایید کننده علمی	دکتر بدیعی / متخصص زنان و زایمان
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۳
منبع	کتاب بارداری و زایمان ویلیامز جلد ۱
کد سند	Pa-B-۴-۱۰۶/۰۱

قندخون گردید علائم کاهش قندخون عبارتند از: احساس اضطراب، لرزش بدن، کاهش تمرکز، ضعف شدید، خستگی، عرق سرد، گیجی، عدم هوشیاری و حتی تشنج، به مجرد اینکه دچار این علائم شدید چیزی حاوی قند میل کنید منابع خوب و سریع قند شامل عسل، نوشابه، حبه قند، شربت قند پس از کسی بخواهید تا به شما کمک کنند تا به نزد پزشک خود بروید.

پس از تولد نوزاد چه باید کرد:

مادران مبتلا به دیابت بارداری در خطر ابتلا به دیابت هستند بنابراین لازم است ۶ تا ۱۲ هفته بعد از زایمان آزمایش تحمل گلوکز انجام دهند. هم چنین این افراد باید سعی کنید که مصرف مواد قندی را کاهش دهند و وزن خود را در حد مطلوب نگه دارند.

مواد غذایی گیاهی، حبوبات، لوبیا، نخود، عدس، گوشت قرمز و ماهی و مرغ را جایگزین کنید.
(ج) روزانه یک دو میان وعده میوه جات میل کنید.
(د) از شیر به صورت روزانه استفاده نمائید.
(هـ) لطفاً وعده های غذایی را حذف نکنید بلکه به جای سه وعده از ۶ وعده استفاده کنید ولی با حجم بسیار کم
(و) روزانه با نظر پزشک خود پیاده روی کنید ضمن پیاده روی یک منبع قندی ساده و یا یک لقمه غذایی به همراه داشته باشید تا در صورت ایجاد علائم کاهش قندخون میل کنید.

انسولین درمانی چیست؟

در برخی موارد قند خون شما در زمان بارداری با توجه به رعایت رژیم تغذیه ای و ورزش همچنان بالاست بنابراین با نظر پزشک درمان با انسولین آغاز می گردد. مادران نباید نگران ادامه حتی درمان با انسولین بعد از بارداری باشند چرا که ممکن است بعد از زایمان دیابت برطرف گردد.
ممکن است در زمان مصرف انسولین در صورتی که کمتر از همیشه غذا بخورید یا ورزش کنید یا اینکه اشتهاً انسولین را بیش از مقدار توصیه شده مصرف نمائید دچار افت