



## دیابت و بارداری



### آزمایش

برای این نوع آزمایش، در آزمایشگاه، یک لیوان شربت گلوکز می نوشید و بعد از یک ساعت قند شما را اندازه گیری می کنند. این آزمایش را در هر ساعت از روز می توان انجام داد و اگر نتیجه آن بیشتر از حد نرمال باشد، پزشکتان شما را برای آزمایش های بعدی می فرستد.

### نوسان در آزمایش قند خوراکی

پزشک در مورد این آزمایش توضیحات خاصی را به شما خواهد داد. ۳ روز قبل از آزمایش، او از شما می خواهد که یک رژیم غذایی طبیعی را داشته باشید و ۸ ساعت قبل از آزمایش چیزی نخورید و سپس آزمایش دهید. بعد از انجام آزمایش، یک لیوان شربت گلوکز بنوشید و یک ساعت بعد، ۲ ساعت بعد و ۳ ساعت بعد آزمایش دهید. از این بین اگر ۲ جواب از حد نرمال بالاتر باشد، شما مبتلا به دیابت حاملگی هستید.

#### نتیجه بالای نرمال برای آزمایش نوسان قند خوراکی

ناشتا	۹۵ یا بالاتر
۱ ساعت بعد	۱۸۰ یا بالاتر
۲ ساعت بعد	۱۵۵ یا بالاتر
۳ ساعت بعد	۱۴۰ یا بالاتر

### راههای کنترل قند خون در مادران باردار

- ❖ رعایت رژیم غذایی به شکل وعده های کم حجم در ۶ وعده غذایی در روز
- ❖ فعالیت بدنی مناسب با نظر پزشک (بهترین فعالیت پیاده روی می باشد.)
- ❖ اندازه گیری قند خون توسط دستگاه کنترل قند و تنظیم دوز انسولین طبق نظر پزشک معالج



## دلیل افزایش قند خون در مادران باردار

مسئولیت تغذیه جنین به عهده عضوی به نام جفت می‌باشد که تا پایان دوره بارداری از جنین حمایت می‌کند. در دوران بارداری به دلیل تغییرات هورمونی اثر انسولین کاهش پیدا می‌کند و سبب افزایش قند خون می‌شود. به همین علت مادران باردار که مبتلا به دیابت می‌شوند نیاز به تزریق انسولین دارند.



## عوامل مستعد کننده دیابت بارداری

- ❖ چاقی و اضافه وزن
- ❖ سابقه خانوادگی
- ❖ سابقه دیابت در بارداری‌های قبلی
- ❖ سن بالای ۲۵ سال
- ❖ تولد نوزاد با وزن بالا (بیش از ۴/۵ کیلوگرم)



## دیابت در دوران بارداری

در دوران بارداری به دلیل تغییرات هورمونی ناشی از حاملگی مقاومت نسبت به اثر انسولین به وجود می‌آید. دیابت بارداری، نوعی از دیابت است که اولین بار در خانم باردار اتفاق می‌افتد.

دیابت بارداری علامتی ندارد و تشخیص آن پس از انجام آزمایش‌های مخصوص فقط توسط پزشک شما امکان‌پذیر است.

به دلیل خطرانی که دیابت بارداری برای مادر و جنین ایجاد می‌کند، افزایش قندخون مادر باید سریعاً درمان شود.

بهترین زمان کنترل قندخون مادر باردار هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری است.