

تعریف:

دیابت در بارداری از اختلالات مهم بارداری است که به صورت عدم تحمل گلوکوز و افزایش مقاومت انسولین در طول بارداری تعریف می شود.

دیابت بارداری از هفته ۲۰ بارداری شروع میشود و با به دنیا آمدن نوزاد برطرف می شود ولی دیابت مزمن از قبل از بارداری بیمار دچار آن می شود. تفاوت دیگر آن عواقب جنینی آن است که در دیابت آشکار خطر ناهنجاری جنین و سقط و مرگ جنین افزایش می یابد. ولی در دیابت حاملگی ممکن است دشواری در روند زایمان و افزایش یا کاهش مایع آمنیون و افزایش وزن جنین رخ دهد و با تغییر روش تغذیه ایی و کمک به کنترل قند خون از طریق رعایت رژیم غذایی سالم است. اکثر زنان باردار با کنترل صحیح و خوب قند خون نوزاد سالم و بدون عارضه به دنیا می آورند.

سه نوع دیابت داریم:

دیابت نوع ۱

دیابت نوع ۲

دیابت بارداری

دیابت نوع ۱ بیشتر در کودکان و نوجوانان دیده میشود و در اکثر مواقع نیاز به تزریق انسولین میباشد. دیابت نوع ۲ بیشتر در بزرگسالان دیده میشود.

مقدار طبیعی قند خون در بارداری: میزان قند خون ناشتا باید کمتر از ۹۳ باشد و میزان قند خون ۲ ساعت پس از غذا باید کمتر از ۱۲۰ باشد.
رژیم غذایی:

غذا خوردن بین سه وعده اصلی و میان وعده تقسیم کنید. چنانچه در یک وعده مقدار زیادی غذا خورده شود میزان قند خون به مقدار زیادی بالا می رود. هیچ کدام از وعده های غذایی را فراموش نکنید چون در بارداری نیاز تغذیه ایی افزایش می یابد و جنین به تغذیه متوالی نیاز دارد. سبزیجات و سالاد را روزانه مصرف کنید. در خوردن نان و برنج شیر میوه زیاده روی نکنید. از خوردن آب میوه شیرینی دسر - بیسکویت ها شیرینی ها بپرهیزید. نوشابه به هیچ عنوان استفاده نکنید. مصرف لبنیات به شکل کم چرب داشته باشید. تهیه برنج به صورت کته ایی به همراه حبوبات باشد. خانم های باردار دیابتی باید استفاده از غذاهای کنسرو شده سوسیس کالباس غذاهای شور چپیس و آجیل شور خوداری کنند. پیاده روی در صورتی که از نظر متخصص زنان ممنوعیتی نداشته باشد به کاهش قند خون کمک میکند.

علائم افت قند خون:

- گرسنگی ناگهانی
- خستگی ناگهانی
- تغییرات ناگهانی خلق و خو

- سردرد و سرگیجه
- تهوع
- تعرق
- تاری دید و دوبینی
- رنگ پریدگی و لرز و اضطراب
- اختلالات تکلم
- تپش قلب
- بیهوشی و تشنج

علائم افزایش قند خون:

- پرنوشی
- خستگی
- خشکی دهان
- خواب آلودگی
- پرادراری

طریقه چک قند خون:

چک قند خون به دو روش انجام می شود استفاده از دستگاه گلوکومتر و نمونه گیری از رگ و ارسال نمونه خون به آزمایشگاه می باشد.

قند خون ناشتا: قند خون ناشتا از ۱۲ شب تا ۶ صبح نباید هیچ ماده غذایی خورده شود و ۶ صبح قند خون چک می شود.

قند خون پس از غذا: بعد از خوردن صبحانه نهار و شام به مدت ۲ ساعت نباید غذا خورده شود و بعد از ۲ ساعت قند خون چک میشود.

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان امام موسی کاظم(ع) شهرستان زرین دشت

دیابت بارداری



شناسنامه بروشور	
عنوان	دیابت در بارداری
واحد	واحد آموزش سلامت همگانی
تهیه کننده	بتول ایزدی (کارشناس مامایی)
کد پمفلت	EMKP-IC-001-00
سال تهیه	۱۴۰۲
ناظر کیفی	بیمارستان امام موسی کاظم (ع) زرین دشت دکتر زهرا گودرزی متخصص زنان ش ن : ۱۵۲۳۸۵ همکار پزشک خانواده - تمام وقت جفرانیاس
QR CODE	

نکته: پس از زایمان مادر هرچه سریع تر ظرف ۳۰ دقیقه برای کمک به حفظ مقدار قند خون نوزاد به او شیر دهد.

سایت الکترونیک بیمارستان: zarrinhosp.sums.ac.ir

منبع: بارداری وزایمان ویلیامز

چک قند خون با نمونه و گلوکومتر انجام میشود.

در مدت بستری بسته به سن بارداری نوار قلب جنین و سونوگرافی انجام میشود.

تست تحمل گلوکز خوراکی در هفته های ۲۸- ۲۴ بارداری گرفته می شود.

روش تزریق انسولین:

ابتدا انسولین R شفاف و سپس انسولین NPH شیرینی رنگ کشیده میشود دوز زیر پوستی تزریق میشود

سرنگ ها دو مدل هستند گاهی یک خط نشانه یک واحد گاهی نشانه دو واحد میباشد که باید به آن توجه شود.

تاثیر دیابت بر حاملگی:

- احتمال ابتلا به مسمومیت بارداری ۴ برابر میشود.
- عفونت شایع تر میشود.
- اندازه جنین بزرگ میشود و مایع اطراف جنین بیشتر میشود.
- نوزادان مادران دیابتیک مشکلات بیشتری خواهند داشت از جمله نوزادان با وزن بیشتر از ۴ کیلوگرم و افت سریع قند خون نوزاد...