



کد سند: PEBRO207-01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۱۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

آموزش به بیمار

دیابت بارداری



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی، مراقبت های قبل و بعد از زایمان، مراقبت از نوزاد...) می باشد:
05138042027



VELAYAT HOSPITAL

من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت



سریع ترین راه درمان دیابت بارداری



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

<https://medlineplus.gov>

درمان

۱- در صورت بارداری بدون مشکل شما و کنترل قند خون با تغذیه به تنهایی **ختم بارداری در ۳۹-۴۰ هفته** انجام میشود.

۲- بارداری بدون مشکل و کنترل قند خون با دارو

ختم بارداری در ۳۸ هفته و ۶ روز تمام انجام می شود.

۳- در صورت داشتن دیابت آشکار با مشکلات عروقی یا قند کنترل نشده **ختم بارداری در ۳۷-۳۸ هفته** انجام می شود.

۴- در صورت دیابت بارداری: **ختم بارداری در ۳۶ هفته تا ۳۸ هفته و ۶ روز** انجام میشود.

* در صورت وزن جنین مادر دیابتی بیشتر از ۴۰۰۰ گرم **یابستر** ختم بارداری به روش **سزارین** توصیه میشود.

پس از زایمان مادران دیابتی

به هرگونه عفونت بعد از زایمان توجه بیشتر داشته باشید، این علائم میتواند شامل (تب، ترشحات بدبو و چرکی، تکرر ادرار باشد).

* قند خون را تا ۲۴-۷۲ ساعت بعد زایمان اندازه گیری کنید، در صورت قند خون ناشتا بیشتر از ۱۲۶ و قند خون دوساعت بعد غذا بیشتر یا مساوی ۲۰۰ به متخصص داخلی - غدد مراجعه کنید .



در این پمفلت سعی شده است، آموزش های لازم در مورد دیابت بارداری به شما داده شود، امید است با رعایت این نکات سلامتی بارداری خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.

دیابت حاملگی به صورت درجات متغیر عدم تحمل قند که اولین بار در دوران حاملگی آغاز یا شناسایی شده است تعریف می شود.

برای تمام مادران باردار در ابتدای بارداری ۶-۸ هفته و در هفته ۲۴-۲۸ بارداری از لحاظ دیابت بارداری مورد بررسی قرار می گیرند.

در صورتی که قند خون ناشتا شما بالاتر از ۹۲ باشد و یا قند خون یک ساعت بعد غذا بالاتر از ۱۸۳ و قند خون دو ساعت بعد غذا بالاتر از ۱۵۳ باشد منتخب تشخیص دیابت بارداری هستید.

علائم و نشانه های دیابت:

پرنوشتی، تکرر ادرار، خستگی و ضعف، تغییرات ناگهانی دردید، پوست خشک، احساس گزغزیابی حسی در دستها و پاها، ترمیم کند و آهسته زخم ه، عود مجدد عفونتها



عوامل خطر ابتلا به دیابت بارداری

۱- چاقی شدید مادر

۲- سابقه خانوادگی قوی دیابت

۳- سن بالای مادر هنگام حاملگی

عوارض ناشی از دیابت بارداری

عوارض نوزادی

۱- اندازه بیش از حد جنین مادران دیابتی

۲- میزان بیش از حد چربی در شانه ها و تنه جنین مادران دیابتی

۳- قند پایین نوزادان هنگام تولد یا تسریع درافت قند جنین مادران دیابتی

عوارض مادری

۱- با احتمال ابتلا به فشار خون مادر رابطه مستقیم دارد

۲- احتمال سزارین در ادران مبتلا به دیابت بارداری افزایش می یابد.

توصیه ها در دیابت بارداری

۱- تاکید و نظارت به تغذیه و کنترل مصرف قند

۲- توصیه به انجام ورزش های مجاز در بارداری و با مدت کم و شدت کم و کمتر از ۱۰ دقیقه ورزش کنید. پیاده روی مناسب ترین ورزش میباشد.

۳- مراقبت های کنترل شده و منظم در مرکز بهداشت داشته باشید.

۴- توصیه به مصرف قرص اسید فولیک زیر نظر پزشک از سه ماه قبل بارداری

۴- توصیه به انجام سونوگرافی با نظر پزشک



توصیه ها در دیابت بارداری

۵- مصرف آسپرین زیر نظر پزشک

۶- توصیه به شمارش حرکات جنین بعد ۲۸ هفته

۷- توصیه به اندازه گیری قند خون ۴ نوبت در روز (ناشتا، دو ساعت بعد صبحانه، دو ساعت بعد ناهار و دو ساعت بعد شام) و مصرف قرص ها و داروهایتان را زیر نظر پزشک داشته باشید.

۸- از مصرف غذاهای آماده مثل کالباس، سوسیس، پفک و شیرینی، مربا، بستنی، غذاهای کنسرو، کله پاچه، دل، قلوه و مایونز پرهیز کنید. غذای شور نخورید.

۹- میتوانید در انجمن دیابت عضو شوید.

