



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

## آموزش به بیمار

### با موضوع: دیابت بارداری



## تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: خانم دکتر شکوفه شاملو رضایی  
(متخصص زنان و زایمان)

بهمن ۱۴۰۱

پایش قندخون در منزل توسط قندسنج (گلوکومتر) انجام می شود.

قند خون های اندازه گیری شده بایستی در جداول مناسب ثبت و هر هفته به اطلاع پزشک معالج رسانده شود.



**\*خطرات دیابت بارداری:** درشت بودن جنین، سقط خود به خودی، زایمان زودرس، مرده زایی، عفونت ارثی، مسمومیت حاملگی و فشار خون بالا، مشکلات تنفسی و زردی نوزاد، افزایش سزارین و صدمات زایمانی

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز - راهنمای خدمات کشوری مامایی



با آرزوی سلامتی و تندرستی

## درمان دیابت بارداری:

عدم کنترل دیابت بارداری می تواند روی رشد و نمو جنین در طی حاملگی اثر داشته باشد

کنترل دیابت بارداری یعنی انجام اقدامات لازم برای نگهداری قند خون خود در محدوده طبیعی این کار توسط:

برنامه غذایی تحت نظر کارشناس تغذیه

ورزش های مناسب در صورت عدم وجود محدودیت

و در صورت نرسیدن به اهداف درمانی استفاده از داروهای تزریقی (انسولین) یا داروهای خوراکی مانند متفورمین در موارد خفیف و هفته های انتهایی بارداری

پایش مرتب قندخون توسط گلوکومتر و ثبت آن در جداول مناسب برای خودپایشی و ارایه به پزشک معالج

**چارت قند خون:** پزشکان از جدولهای راهنمای قند خون برای کنترل دیابت و برنامه های درمانی از آن استفاده می کنند، این جدول تعریف کننده سطوح قند خون در طول روز است.

تاریخ / ایام هفته	قند خون ناشتا	قند خون ۲ ساعت بعد از صبحانه	قند خون ۲ ساعت بعد از ناهار	قند خون ۲ ساعت بعد از شام

## دیابت بارداری

❖ **دیابت حاملگی:** از اختلالات مهم دوران بارداری است که به صورت عدم تحمل گلوکز در طول دوران بارداری تعریف می شود.

❖ **دیابت در بارداری به دو شکل می تواند بروز نماید:**

- **دیابت پیش از بارداری:** قبل از بارداری فرد به آن مبتلا است و قبل یا در شروع بارداری تشخیص داده شده است افراد دیابتی که پیش از بارداری دیابت داشته اند دیابت آنها می تواند وابسته یا غیر وابسته به انسولین باشد.

- **دیابت حاملگی:** تشخیص دیابت در طی حاملگی که معمولاً در هفته ۲۴-۲۸ بارداری تشخیص داده می شود این حالت زمانی اتفاق می افتد که غده ی پانکراس توانایی خود، برای تولید انسولین اضافی مورد نیاز در اواخر بارداری را از دست می دهد.

### ❖ عوامل مستعد کننده:

- افراد با سابقه فامیلی دیابت و دارای سابقه دیابت بارداری هستند.
- افرادی که سابقه تولد نوزاد دارای وزن بالا دارند.
- فشار خون بالا
- وجود قند در ادرار
- سن بالای ۳۰ سال
- سابقه قبلی مرده زایی

## تشخیص دیابت بارداری:



دیابت بارداری اولین بار در دوران حاملگی شناسایی می شود.

دیابت بارداری اغلب بدون علامت است. به همین دلیل است که در تمام زنان حامله بین هفته های ۲۴ و ۲۸ قند خون اندازه گیری می شود. این کار معمولاً در یک یا دو مرحله و با استفاده از محلول های قندی با غلظت های مختلف (۵۰، ۷۵ یا ۱۰۰ گرم) طبق نظر پزشک انجام می شود. دیابت بارداری ندرتاً ممکنست همراه با افزایش شدید قندخون و علامتدار باشد که در اینصورت مادر نسبت به شرایط معمول بیشتر تشنه، گرسنه و دچار تکرر ادرار می شود ولی این ها علائم شایعی در زمان حاملگی هستند و الزاماً نشان دهنده دیابت بارداری نیستند.

با این حال، در صورتی که خطر ابتلا به دیابت بارداری در مادر بیشتر باشد (مانند سابقه دیابت بارداری در حاملگی قبلی) و یا علائمی از دیابت را داشته باشد (نظیر وجود قند در ادرار) اندازه گیری قند خون در اولین ویزیت زمان حاملگی و بعد از آن در صورتی که نتیجه آزمایش اول منفی باشد بین هفته های ۲۴ و ۲۸ انجام می شود. بالا بودن خفیف قند خون دلیل بر ابتلا به دیابت بارداری نیست ولی بیمار باید برای تشخیص قطعی طبق نظر پزشک مجدداً مورد آزمایش قرار گیرد.



دیابت بارداری اغلب بدون علامت است

### عوامل خطر ابتلا به دیابت بارداری:

سن بیش از ۳۵ سال  
اضافه وزن و چاقی  
سابقه دیابت نوع ۲ در افراد درجه اول خانواده  
قرار داشتن میزان قند خون در فاز پیش دیابت قبل از بارداری (بالتر از ۱۰۰ میلی گرم بر دسی لیتر)  
داشتن سابقه دیابت بارداری در حاملگی قبلی  
تولد نوزاد با وزن ۴ کیلو گرم و یا بیشتر  
سابقه تولد نوزاد مرده