

## تشخیص و درمان دیابت بارداری

دیابت بارداری، متفاوت از دیابت نوع یک و دو بوده و تنها شباهت آن‌ها، افزایش قند خون است. دیابت بارداری در خانم‌های باردار در هفته‌های ۲۴ تا ۲۸ بارداری با اندازه‌گیری قند خون تشخیص داده می‌شود، ولی تا قبل از هفته‌ی ۲۴، این بیماری فاقد علائم تشخیصی است. اما پزشک با انجام تست‌های غربالگری (کنترل قند خون هفتگی در آزمایشگاه با استفاده از خون وریدی) می‌تواند خطر ابتلا به این بیماری را تشخیص دهد.

مشاهده‌ی علائمی مانند وجود قند در ادرار پس از انجام تست‌های غربالگری گلوکز، لزوماً به معنی ابتلا به دیابت بارداری نیست. تشخیص وضعیت ابتلا به دیابت در مادران باردار نیازمند انجام تست‌های غربالگری بیشتری مانند GTT و یا تست عدم تحمل گلوکز (نوبت) است. اگرچه، برای تشخیص دیابت نوع یک و دو اندازه‌گیری هموگلوبین A1C مورد نیاز است، اما برای تشخیص دیابت بارداری اندازه‌گیری این عامل ضرورتی ندارد.



## عوامل خطر ابتلا به دیابت بارداری

- اضافه وزن؛
- ابتلا به دیابت بارداری در بارداری قبلی؛
- وجود قند در ادرار؛
- وجود سابقه‌ی فامیلی ابتلا به دیابت نوع ۲؛
- سن مادر باردار بیش از ۳۵ سال؛
- افزایش فشار خون؛
- اختلالات هورمونی مانند سندرم تخمدان پلی‌کیستیک؛
- سقط جنین بدون دلیل؛
- حالت تهوع و استفراغ؛
- کاهش وزن؛
- افزایش میزان عفونت به خصوص در مثانه، واژن و پوست.

## قند بارداری چه علائمی دارد؟

دیابت بارداری علائم بالینی خاصی ندارد، اما به طور کلی خانم‌های باردار مبتلا به این عارضه دچار علائم زیر می‌شوند:

- تشنگی شدید؛
- تکرر ادرار؛
- گرفتگی بینی و خرخر کردن؛
- خستگی.



دیابت در بارداری

## مرض قند یا دیابت بارداری چیست؟

عدم تحمل گلوکز خوراکی در دوره‌های سه‌ماهه‌ی دوم و سوم بارداری را دیابت بارداری می‌گویند. در این شرایط، سطح گلوکز خون در طی بارداری بالا رفته و باعث بروز علائم دیابت در خانم‌های بارداری که قبلاً مبتلا به این بیماری نبوده‌اند، می‌شود.

در دوران بارداری افزایش قند خون برای جنین و مادر مضر است، ولی با شناخت و کنترل مناسب دیابت بارداری می‌توان از بروز عوارض آن جلوگیری کرد.

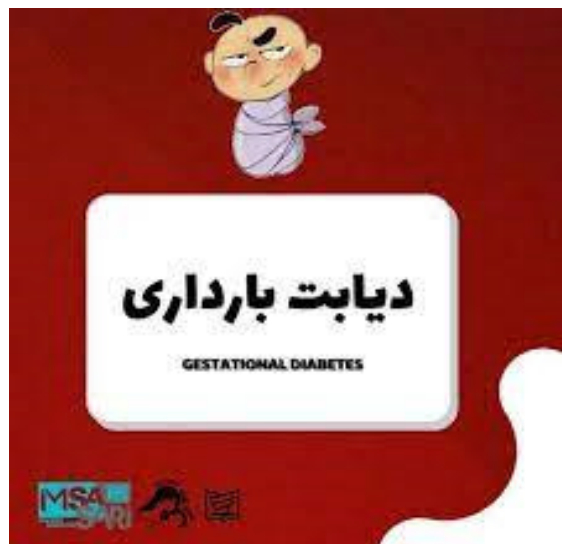
دیابت بارداری شایع‌ترین بیماری در دوران بارداری بوده که حدود ۲ تا ۱۰ درصد خانم‌های باردار را مبتلا می‌کند.

پس از صرف غذا، مواد غذایی در سیستم گوارشی هضم شده و به انواع کربوهیدرات (از جمله گلوکز) تبدیل می‌شوند. گلوکز پس از وارد شدن به جریان خون، به عنوان منبع سوخت وارد سلول‌های مختلف بدن می‌شود. در سلول‌های وابسته به انسولین مانند سلول‌های عضلانی و چربی، ورود گلوکز به درون سلول نیازمند انسولین است. در صورت عدم تولید انسولین به اندازه‌ی کافی و یا اختلال در تولید انسولین، گلوکزها به جای ورود به درون سلول و تولید انرژی، به مقدار زیادی در جریان خون باقی می‌مانند و موجب افزایش قند خون می‌شوند. لازم به ذکر است انسولین هورمونی است که برای تنظیم قند خون از پانکراس ترشح می‌شود.





## دیابت بارداری



واحد آموزش سلامت

## درمان دیابت بارداری

- **کنترل رژیم غذایی:** مصرف سبزیجات، میوه، غلات، حبوبات، پروتئین فراوان، سبزیجات و سایر غذاهایی که آرام آرام قند را آزاد می‌کنند در طول روز باعث حفظ قند خون در سطح طبیعی می‌شود.
- **ورزش:** برای خاتمه‌های باردار مبتلا به دیابت بارداری، انجام ورزش‌هایی مانند پیاده‌روی سریع، شنا، رقص و ایروبیک آهسته (پنج روز در هفته به مدت حداقل ۳۰ دقیقه در هر جلسه) برای کنترل قند خون توصیه می‌شود.
- **اندازه‌گیری سطح قند خون ناشتا:** نظارت بر سطح قند خون، بخش مهمی از برنامه‌ی درمانی است. در چنین شرایطی اندازه‌گیری سطح قند خون ناشتا و دو ساعت بعد از صرف هر وعده‌ی غذایی الزامی است. برای این کار ابتدا باید انگشت را با یک سوزن کوچک سوراخ کرده و یک قطره خون در محل مخصوص نوار دستگاه سنجش قند خون خانگی چکاند تا سطح قند خون، مورد سنجش قرار گیرد.
- **مصرف دارو:** با توجه به تشخیص پزشک معالج تزریق انسولین از جمله داروهای استاندارد است که قبل از صرف غذا برای معالجه‌ی دیابت بارداری توصیه می‌شود. علاوه بر انسولین مصرف داروهای خوراکی مانند متفورمین با توجه به نظر پزشک تجویز می‌شود.

آدرس: بابل ابتدای امیرکلا بلوار امام رضا بیمارستان خصوصی مهرگان  
تلفن: ۴ - ۰۱۱۳۳۹۵۵۹۱  
ایمیل: info@mehregan-hospital.com

## عوارض دیابت بارداری بر حاملگی

اکثر زنان مبتلا به دیابت بارداری که می‌توانند سطح قند خون خود را کنترل کنند، بارداری موفق و جنین سالمی خواهند داشت. اما اگر دیابت بارداری کنترل نشود، می‌تواند خطر وقوع برخی عوارض را در بارداری افزایش دهد:

- افزایش احتمال وقوع زایمان زودرس
- افزایش خطر ابتلا به فشار خون بالا یا پره‌اکلامپسی یا مسمومیت حاملگی
- افزایش نیاز به انجام سزارین
- وزن‌گیری بیش از حد جنین (ماکروزومی) و در نتیجه احتمال وقوع عوارض هنگام زایمان مثل دیستوشی شانه و آسیب به اعصاب گردن و شانه
- افت قند خون نوزاد پس از تولد و در معرض خطر بودن از نظر مشکلات تنفسی

## هفت نشانه دیابت بارداری



- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| افزایش اشتها    | احساس خستگی  |
| تشنگی زیاد      | قند خون بالا |
| عقونتها         | پرادراری     |
| تغییرات غیرعادی |              |