



## بیمارستان آیت الله مدنی

### دیابت بارداری



واحد آموزش و پیگیری بیمار

بهار ۱۴۰۳

\*از غذاهای نفاخ استفاده نکنید. از مواد غذایی ملین و فیبردار مانند: سبزیجات، میوه روغن زیتون استفاده کنید تا از یبوست جلوگیری شود.  
\*سعی کنید راه بروید.

### نکات قابل توجه

\*یک هفته پس از ترخیص به درمانگاه مراجعه کنید تا بخیه شما کشیده شود.  
\*در صورت بروز تب، قرمزی و تورم و ترشح از زخم ناحیه ی عمل، هر چه سریعتر به پزشک خود مراجعه کنید.

\*زمانیکه به شما اجازه داده شد از تخت خارج شوید ابتدا ۱۵ دقیقه بر لبه ی تخت نشسته و پاها اویزان کنید در صورتیکه سرگیجه نداشتید با کمک پرستار از تخت خارج شده و راه بروید.



\*معمولا تا ۴۸ ساعت بعد از عمل پانسمان برداشته می شود.

\*با صلاحدید پزشک ۷۲ ساعت پس از عمل می توانید دوش سرپایی بگیرید. زخم خود را با شامپو بچه بشویید (به هنگام تمیز کردن محل عمل، از لیف و صابون استفاده نکنید) سپس آن را با دستمال تمیز خشک کرده و با سشوار به فاصله ی ۳۰ سانتی متر محل عمل را گرم کنید.

## دیابت چیست؟

غذای مصرفی در نهایت در بدن تبدیل به نوعی قند به نام گلوکز می شود که این قند توسط هورمونی به نام انسولین (ترشح شده از پانکراس) وارد سلول شده و برای تولید انرژی مورد استفاده قرار می گیرد. حال اگر اختلال در تولید و یا عملکرد هورمون داشته باشیم قند نمی تواند وارد سلول شده و در خون باقی می ماند و مقدارش در خون بالا می رود و به این ترتیب فرد مبتلا به دیابت خواهد شد.

## دیابت بارداری:

دیابت بارداری به حالتی گفته می شود که در آن بدن نسبت به گلوکز (قند خون) تحمل خود را از دست داده و این حالت همیشه اولین بار در زمان بارداری خود را نشان می دهد به طوری که در این حالت مادر ممکن است نسبت به شرایط عادی بیشتر تشنه، گرسنه و خسته شود که اینها همگی علائم شایعی در دوران حاملگی بوده و طبیعی تلقی می شوند. دیابت حاملگی اغلب بدون علامت است به همین دلیل تقریباً در تمام زنان باردار بین هفته های ۲۴ تا ۲۸ آزمایش تحمل گلوکز انجام می شود. شیوع این نوع دیابت در ۵-۱۰٪ زنان باردار دیده شده است. ابتلا به این نوع بیماری در دوران بارداری احتمال بروز دیابت نوع ۲ را در آینده به میزان ۴۰-۶۰٪ رژیم غذایی و فعالیت بدنی این احتمال افزایش می یابد. دیابت بارداری باعث ایجاد مشکلاتی در مادر باردار و جنین می گردد.

## عوارض دیابت بارداری:

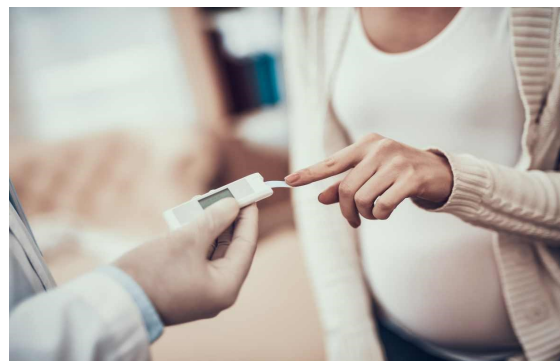
استرس عصبی، عفونت فشار خون بالا افزایش خطر مسمومیت حاملگی و زایمان قبل موعد همچنین افزایش عمل سزارین و صدمات زایمانی از عوارض دیابت حاملگی است.

از عوامل خطر آفرین :

سن بالای ۳۰ سال، سابقه خانوادگی دیابت، سابقه ماکروزومی قلبی (تولد نوزاد بزرگ) چاقی (اندکس توده بدن بالای ۳۰) وجود گلوکز در ادرار، تولد نوزاد ناهنجار یا مرده، فشار خون بالا، سابقه ابتلا به دیابت حاملگی در حاملگی های قبلی و همچنین سقط خود بخود بدون علت دو نوبت یا بیشتر میتوان نام برد.

۱- هیپوگلیسمی (کاهش قند خون):

اگر میزان قند خون از ۶۰ میلی گرم درصد کمتر شود، خطر هیپوگلیسمی یا افت قند انسان را تهدید می کند که فرد دچار گیجی و در نهایت تشنج می شود.



مهم ترین علل هیپوگلیسمی :

-تزریق مقدار بیشتر انسولین بطور اشتباهی یا تزریق انسولین طبق معمول در عین حال که بدن نیاز کمتری به انسولین دارد.

-مصرف بیش از اندازه ی انواع قرص وند

-ورزش یا فعالیت جسمی از حد معمول

-کم یا دیر خوردن غذا

-هنگام اسهال یا استفراغ

درمان هیپوگلیسمی

افت