

- ✓ ابتلا به دیابت پنهان یا پیش دیابت
- ✓ سابقه سندروم تخمدان پلی کیستیک
- ✓ HDL کمتر از ۴۵ یا تری گلیسیرید بالای ۱۲۵

دیابت بارداری چگونه تشخیص داده می‌شود؟

افزایش قند خون در هر زمانی از دوران بارداری می‌تواند اتفاق بیافتد اما با توجه به اینکه دیابت بارداری معمولاً در سه ماهه سوم ایجاد می‌شود، آزمایش‌های غربالگری و تشخیص دیابت بارداری برای تمام مادران باردار باید در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری انجام شود.

از طرفی به دلیل افزایش شیوع دیابت، توصیه می‌شود که همه خانم‌ها قبل از بارداری با انجام آزمایش‌های قند خون از نظر ابتلا به دیابت بررسی شوند. همچنین توصیه می‌شود خانم‌هایی که دارای یک یا چند مورد از عوامل خطر هستند، پیش از هفته ۱۵ بارداری غربالگری شوند.

برای تشخیص دیابت بارداری از آزمایش قند خون استفاده می‌شود که در چند مرحله انجام می‌شود. برای انجام این آزمایش، بعد از مصرف مقدار مشخص گلوکز در دو نوبت ۱ ساعته و ۲ ساعته، قند خون فرد اندازه‌گیری می‌شود و نتایج توسط پزشک بررسی می‌شود.

مناسب قند خون در این دوره بارداری موفقی را پشت سر بگذارد.

چرا به دیابت بارداری مبتلا می‌شویم؟

روند طبیعی در بارداری شامل تغییرات هورمونی به منظور تامین انرژی مورد نیاز برای مادر و فرزند به همراه افزایش وزن مادر است. در این شرایط بدن مادر به انسولین بیشتری نیاز دارد و اگر نتواند انسولین کافی تولید کند، قند خون بالا می‌رود و او به دیابت بارداری مبتلا می‌شود.

ریسک فاکتور های ابتلا به دیابت بارداری

اگر فردی یک یا چند مورد از این فاکتورها را داشته باشد، احتمال ابتلا به دیابت بارداری در او افزایش می‌یابد. که در این مواقع پیشنهاد می‌شود که با پزشک خود مشورت کند.

این عوامل عبارتند از:

- ✓ پدر، مادر، خواهر یا برادر به دیابت نوع ۲ مبتلا باشد.
- ✓ سن ۲۵ سال یا بیشتر
- ✓ اضافه وزن یا چاقی با BMI 25 و یا بالاتر
- ✓ سابقه ابتلای به دیابت در بارداری‌های پیشین
- ✓ سابقه زایمان نوزادی با وزن بیشتر از ۴ کیلوگرم



معاونت دانشجویی
اداره بهداشت و درمان



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مشاوره، سلامت و سبک زندگی

دیابت، پیشگیری از عوارض و بهبود سبک زندگی

دیابت بارداری چیست؟

دیابت بارداری نوعی از دیابت است که در دوران بارداری تشخیص داده می‌شود در حالیکه مادر باردار تا قبل از این دوران، مبتلا به دیابت نبوده است. تشخیص به موقع دیابت بارداری اهمیت بسیاری دارد چرا که میتوان با تشخیص به موقع آن، خطر عوارض قند بالا در بارداری مانند وزن بالای نوزاد (ماکروزومی)، سقط جنین، مرده زایی و مسمومیت بارداری (پره اکلامسی) را کاهش داد.

دیابت بارداری در اکثر موارد با اصلاح عادات غذایی و فعالیت بدنی قابل کنترل است. با توجه به اینکه بارداری دوره حساسی است و ابتلا به دیابت بارداری میتواند نگران کننده باشد، فرد با کمک افراد متخصص و یادگیری اطلاعات صحیح میتواند با احساسات مختلف ناشی از آن به خوبی کنار بیاید و با مدیریت