

Преимущества здорового образа жизни

Если Вы выработали у себя привычку правильно питаться и делать физические упражнения для лечения гестационного диабета во время беременности, почему бы не придерживаться ее и после родов? При правильном контроле диабета и здоровом образе жизни Ваша беременность вероятнее всего будет протекать нормально и Вы родите здорового ребенка. Но что еще важнее, Вы обеспечите хорошее начало здорового образа жизни для своего ребенка и увеличите собственные шансы оставаться здоровой на протяжении многих лет.

За дополнительной информацией и индивидуальной консультацией по диабету и беременности обращайтесь к Вашему врачу.

Хотите узнать больше о диабете?
Посетите наш сайт:

www.diabetes.ascensia.com.ru

Предупреждение: данная брошюра не заменяет консультацию врача.

Источник: www.diabetes.org, www.diabetes.ca



Ascensia Diabetes Care Holdings AG
Peter Merian-Strasse 90
4052 Basel
Швейцария
www.diabetes.ascensia.com

Ascensia, логотип Ascensia Diabetes Care являются товарными знаками и (или) зарегистрированными товарными знаками компании Ascensia Diabetes Care Holdings AG (Асцензия Диабитис Кеа Холдингс АГ). © Ascensia Diabetes Care Holdings AG, 2019. Все права защищены. Дата подготовки: январь 2019 г.



Диабет и беременность Гестационный диабет



Диабет и беременность

Диабет во время беременности

Во время беременности Ваш уровень сахара в крови может быть выше нормы (так называемый **гестационный диабет**), даже если раньше Вы не страдали диабетом.



Причины гестационного диабета

Точные причины гестационного диабета неизвестны. Одной из причин диабета во время беременности могут быть гормоны, вырабатываемые плацентой, которые помогают ребенку расти и при этом препятствуют нормальной работе инсулина в организме матери. Это называется «невосприимчивость к инсулину».

Гестационный диабет развивается тогда, когда организм матери не может вырабатывать достаточное количество инсулина для удовлетворения дополнительных потребностей, связанных с беременностью.

Инсулин необходим клеткам для всасывания глюкозы в крови, в которых она впоследствии превращается в энергию. Если инсулина в организме недостаточно, уровень сахара в крови резко повышается (так называемая **гипергликемия**).

Воздействие на ребенка

Как правило, гестационный диабет возникает во второй половине беременности — в период активного роста ребенка. Поскольку гестационный диабет развивается не сразу, он обычно не ведет к порокам развития плода в отличие от случаев, когда мать страдала диабетом еще до беременности.

Гестационный диабет необходимо лечить, чтобы избежать отрицательных последствий для ребенка!

При гестационном диабете высокий уровень сахара в крови матери передается плоду. Организм плода реагирует на это выработкой дополнительного инсулина, что ведет к доставке большого объема глюкозы и, соответственно, высвобождению большей энергии, чем необходимо ребенку для роста и развития. Излишки энергии откладываются в виде жира, что может привести к состоянию, называемому «макросомия плода» (крупные размеры плода).

Одним из рисков для здоровья у таких детей является риск повреждения плеч во время родов.

Еще одна проблема может заключаться в низком уровне сахара в крови во время родов, что может привести к затрудненному дыханию ребенка.

Рождение с высоким уровнем инсулина в крови — это фактор риска ожирения в детстве и диабета 2 типа в зрелом возрасте.

Лечение гестационного диабета

Необходимо следовать рекомендациям врача и начинать назначенную врачом терапию **как можно скорее**, чтобы избежать отрицательных последствий для Вас и ребенка.

Главная цель — поддерживать уровень сахара в крови в пределах нормы, соответствующей показателям у беременных женщин, не страдающих гестационным диабетом.

Индивидуально подобранная диета и регулярные физические упражнения являются неотъемлемой частью терапии. Также могут потребоваться проверки уровня сахара в крови и инъекции инсулина.

Эффективный контроль гестационного диабета позволяет **уменьшить риск кесарева сечения**, которое может потребоваться, если размеры плода будут слишком велики.



Проверка уровня сахара в крови во время гестационного диабета необходима!

Во избежание отрицательных последствий гестационного диабета необходимо поддерживать уровень сахара в крови в пределах нормы. Контроль за уровнем сахара в крови осуществляется с помощью глюкометра. Просто проколите палец и выдавите каплю крови. Глюкометр покажет Ваш текущий уровень сахара в крови.

Узнайте у Вашего врача Ваш целевой диапазон уровня сахара в крови.



Воздействие на Вас как на мать

Обычно гестационный диабет исчезает после родов. Однако существует вероятность два к трем, что он, возникнув однажды, может развиваться повторно при следующих беременностях.

Иногда диагноз «гестационный диабет» позволяет выявить уже существующий диабет 1 или 2 типа. Тем не менее, трудно узнать, начался ли диабет до или во время беременности. Если диабет был до беременности, он не исчезнет после родов и нужно будет продолжить лечение.

Женщины, перенесшие гестационный диабет, имеют повышенный риск развития диабета 2 типа в будущем. Возможно, существует связь между предрасположенностью к гестационному диабету и диабету 2 типа. Для обоих типов диабета характерна невосприимчивость к инсулину.