

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر(ع)
	عنوان سند: دیابت بارداری	
شماره سند: M.04.N-G/23 تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۰۷/۰۵		
شماره بازنگری: ۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۷/۰۵		
شماره ویرایش: ۱ تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۰۷/۰۵		

دیابت بارداری



واحد آموزش به بیمار

بخش زنان و زایمان

واحد آموزش سلامت همگانی

علائم افزایش قند خون:

برافروختگی - پوست خشک - ادرار زیاد -
 تشنگی بیش از حد - خستگی حاد - تنفس های
 عمیق - بی قراری - تهوع - افزایش اشتها

آیا دیابت بعد از زایمان باقی میماند:

۶ تا ۱۲ هفته پس از زایمان قند خون باید
 اندازه گیری شود باید فرد ناشتا باشد و



حداقل ۱۲ ساعت چیزی نخورده باشد .

در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه
 روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت ۸ تا ۱۲ با کلینیک پرستاری
 آموزش سلامت تماس بگیرید.
 شماره تلفن کلینیک پرستاری:

۱۴-۱۲-۴۷۲۳۳۴۱۲ داخلی ۲۲۷

در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری
 خود تماس بگیرید.

منبع:

بارداری و زایمان ویلیامز ۲۰۱۸

* جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید



اندازه گیری قند خون

کنترل قند خون روزانه ۳ تا ۴ بار به صورت قبل از
 صبحانه و ۲ ساعت بعد از صبحانه و نهار و شام اندازه
 گیری میشود.

البته در بیماران دیابتی هر زمان به افزایش یا کاهش قند
 خون شک میکنند باید انجام دهند در این روش یک
 قطره از خون نوک انگشت را روی نوار مخصوص
 میگذارند اندکی صبر میکنند و دستگاه گلوکومتر آنرا نشان
 میدهد نوارها یکبار مصرف هستند و باید به دور از نور
 خورشید نگهداری شود.



علائم کاهش قند خون:

پوست سرد و مرطوب، تنفس سریع و سطحی
 ،خستگی غیر عادی، خواب الودگی، اضطراب، سردرد،
 توهم، افزایش ضربان نبض و فشار خون، تشنج
 و کما

دیابت حاملگی :

یکی از شایع ترین عوارض بارداری است که در آن سطح گلوکز خون از حد طبیعی بیشتر است .

تاثیر دیابت بر روند حاملگی :

اگر دیابت کنترل نشود می تواند عوارض جدی برای مادر و کودک داشته باشد افزایش قند خون مادر باعث افزایش قند جنین می شود و به همین دلیل اکثر مادران دیابتی کودکانی با وزن بیشتری دارند.

تحت نظر گرفتن جنین برای جلوگیری از عوارض دیابت بارداری:

مادر باید هرروز در یک ساعت مشخص به یک پهلوی دراز بکشد و تعداد حرکات جنین را بشمارد که نباید از ۴ حرکت در ساعت کمتر باشد اگر کمتر باشد باید به بیمارستان مراجعه کند.



عوامل زیر خطر ابتلا به دیابت حاملگی را

افزایش میدهد:

چاقی- سابقه خانوادگی دیابت- سابقه ابتلا به دیابت حاملگی قبلی - بالا بودن فشار خون مرده زایی بدون دلیل - وجود قند در ادرار در تست های آزمایشگاهی - سابقه به دنیا آوردن نوزاد بزرگتر از ۴ کیلوگرم یا بیشتر

درمان دیابت حاملگی:

تنظیم یک رژیم غذایی مناسب- انجام یک ورزش سبک ۳۰ دقیقه پیاده روی در روز - در صورتی که با ورزش و رژیم غذایی مناسب نتوان کنترل کرد نیاز به انسولین پیدا می کند.

رژیم غذایی زنان حامله دیابتی:

کربوهیدرات ها را بیشتر مصرف کنید مانند نان، غلات ، ماکارانی، برنج ، رشته فرنگی ، سیب زمینی ، ذرت ، حبوبات (لوبیا ، عدس) میوه ها (لیمو ، لیمو ترش) ، خیار ، کاهو ، سبزیجات ، شیر، ماست گوشت کم چرب ، مرغ بدون پوست ، در مورد نوشیدنیها بهتر است همیشه آب را انتخاب کنید . به عبارتی بهتر است ۶ وعده غذایی که شامل ۳ وعده غذای اصلی صبحانه نهار شام و ۳



میان وعده که ساعت ۱۰ صبح و ۴ عصر و قبل از خواب صرف شود.

داروهای مصرفی دیابتی ها:

انسولین تزریقی- گلی بن گلامید- و متفورمین که در زنان حامله بهتر است انسولین استفاده گردد که انسولین ۲ نوع داریم ۱- انسولین رگولار که شفاف است ۲- انسولین ان پی ایچ که شیری رنگ است برای کشیدن انسولین ابتدا باید شفاف و سپس شیری را بکشیم.



مراقبتهای لازم جهت انسولین:

ویال در یخچال نگهداری شود- هرگز در فریزر نگذارید - ویال باز شده را ۲۸ روز در جای خشک و خنک نگهداری کنید- ویال انسولین را در مقابل نور و حرارت قرار ندهید- چنانچه از انسولین ان پی ایچ استفاده میکنید انرا در کف دست بغلطانید به هیچ وجه آن را تکان ندهید اگر در ویال انسولین رگولار توده های کریستال وجود دارد از مصرف آن خودداری کنید.

محل تزریق نیز قسمتهای فوقانی بازو میانی ران و روی شکم با زاویه ۴۵ درجه یا به صورت عمیق تزریق را انجام می دهیم .