

ما هو مرض السكري الحملي؟

يحدث مرض السكري الحملي فقط خلال فترة الحمل. إذا كنت مصابة بهذا المرض، لا يزال بإمكانك الحصول على طفل سليم وصحي، بمساعدة طبيبك وبفعل أشياء بسيطة كل يوم لإدارة نسبة السكر في الدم.

بعد ولادة طفلك، قد لا يكون لديك مرض السكري. مرض السكري الحملي يجعلك أكثر عرضة لتطوّر داء السكري من النوع ٢، لكنه من الممكن أن لا يحدث أبداً.

الأسباب:

خلال فترة الحمل، المشيمة تصنع الهرمونات التي يمكن أن تؤدي إلى تراكم السكر في الدم. عادة، البنكرياس يمكن أن يصنع ما يكفي من الأنسولين للتعامل مع ذلك. إن لم يحدث هذا، فإن مستويات السكر في الدم سترتفع ويمكن أن تسبب مرض السكري الحملي.

هل أنت في خطر؟

إنك أكثر عرضة للحصول على مرض السكري الحملي إذا:

- كنت سميئة قبل أن تحملي.
- كنت أمريكية من أصل أفريقي، آسيوي، إسباني، أو أمريكي.
- كانت مستويات السكر في الدم مرتفعة، ولكنها ليست عالية بما فيه الكفاية لتصابي بمرض السكري.
- كان مرض السكري وراثي في عائلتك.
- كنت مصابة بمرض السكري الحملي من قبل.

التشخيص:

سوف يتحقق طبيبك لمعرفة ما إذا كان لديك مرض السكري الحملي في أقرب وقت ممكن إذا كنت معرضة للخطر، أو بين الأسابيع ٢٤ و ٢٨ من الحمل إذا كنت غير معرضة للخطر.

للتحقق من مرض السكري الحملي، سوف تشربين بسرعة شراب سكري. هذا سوف يرفع مستويات السكر في الدم. بعد ساعة، سوف تأخذين اختبار الدم لمعرفة كيف يتعامل جسمك مع كل هذا السكر. إذا أظهرت النتيجة أن نسبة السكر في الدم أعلى، سوف تحتاجين إلى اختبار إضافي. هذا سيتطلب اختبار نسبة السكر في الدم أثناء الصيام واختبار أطول

للجلوكوز الذي سيتم القيام به على مدى فترة ثلاث ساعات.

إذا كانت النتائج طبيعية ولكن لديك خطر كبير من الإصابة بالسكري الحمل، قد تحتاجي إلى متابعة الاختبار في وقت لاحق من الحمل للتأكد من أنك لا تزالين غير مصابة به.

العلاج:

لعلاج مرض السكري الحمل، سيطلب منك طبيبك:

- التحقق من مستويات السكر في الدم أربع مرات أو أكثر في اليوم.
- إجراء اختبارات البول التي تتحقق من الكيتونات، مما يعني أن مرض السكري ليس تحت السيطرة.
- تناول نظام غذائي صحي يتماشى مع توصيات الطبيب.
- ممارسة الرياضة بشكل منتظم.

سيتبع طبيبك الوزن الذي ستكسبه ليخبرك إذا كنت بحاجة إلى تناول الأنسولين أو أدوية أخرى للسكري الحمل.