

Diabetes During Pregnancy

If you have diabetes, your body cannot properly use the food you eat for energy. When you have diabetes during pregnancy, it is called gestational diabetes.

When you eat, your body breaks down the foods into a form of energy called glucose. Glucose is another word for sugar. The glucose goes into your blood and your blood sugar rises.

Insulin is a hormone made by your pancreas. It helps glucose move from your blood into your body's cells so your body can use it for energy. You cannot live without insulin.

Diabetes while you are pregnant

With diabetes, you and your baby do not get the energy you need from the food you eat. High blood sugar during pregnancy can be harmful to you and to your baby. You will have blood tests done to check your glucose level.

If not treated, gestational diabetes can cause:

- A large baby, which can cause a hard delivery
- Birth defects
- A low blood sugar in your baby right after birth, which is not good for your baby
- Breathing problems for your baby

Signs

You may have no signs that your blood sugar is high. Ask your doctor about glucose testing during your pregnancy.

Tiểu Đường trong Thời Kỳ Thai Nghén

Nếu mắc bệnh tiểu đường, cơ thể của quý bà không thể sử dụng tốt thức ăn vào để cung cấp năng lượng. Khi quý bà bị bệnh tiểu đường trong thời kỳ thai nghén, đó là bệnh tiểu đường lúc mang thai.

Khi ăn, cơ thể quý bà chia thức ăn ra thành một dạng năng lượng được gọi là glucoza. Glucoza là tên gọi khác của đường. Glucoza vào trong máu quý bà và đường trong máu tăng lên.

Insulin là nội tiết tố do tuyến tụy làm ra. Điều này giúp glucoza di chuyển từ máu của quý bà vào tế bào của cơ thể như vậy cơ thể của quý bà có thể dùng để tạo năng lượng. Quý bà không thể sống nếu thiếu insulin.

Tiểu đường trong thời kỳ thai nghén

Với bệnh tiểu đường, quý bà và trẻ không thể hấp thụ năng lượng quý vị cần từ thức ăn vào. Đường huyết cao trong thời kỳ thai nghén gây nguy hiểm đến quý bà và trẻ. Quý bà sẽ được thử máu để kiểm tra lượng đường trong máu.

Nếu không được chữa trị, bệnh tiểu đường lúc mang thai có thể gây ra:

- Em bé lớn, điều này làm cho việc sanh con sẽ khó khăn
- Dị tật bẩm sinh
- Đường huyết thấp ở trẻ ngay sau khi sanh, điều này không tốt với trẻ của quý bà
- Vấn đề về hô hấp của trẻ

Dấu hiệu

Có thể không có dấu hiệu nào cho biết đường huyết cao. Yêu cầu bác sĩ cho thử nghiệm đường trong thời kỳ thai nghén.

Your Care

The goal is to keep your blood sugar under control. Your doctor will follow your pregnancy closely to check you and your baby.

If you have high blood sugar:

- Eat a well balanced diet. A dietitian or nurse will help you plan your diet.
- Exercise each day.
- Check your blood sugar often and write it down. You will be taught to check your blood sugar using a glucose meter.
- You may need to give yourself insulin shots. If so, a nurse will show you how to do this.

Your health after your baby is born

After your baby is born, your blood sugar will likely go back to normal.

Your blood sugar will be checked 6 weeks after delivery or after you have stopped breastfeeding.

Women who have had gestational diabetes have a high rate of Type 2 diabetes later in life. Reduce your risk by staying at a healthy weight, exercise, and eat healthy foods. Have your blood sugar tested at least once a year or as directed.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Chăm sóc

Mục tiêu là giữ đường huyết trong tầm kiểm soát. Bác sĩ sẽ theo dõi sát thai của quý bà để kiểm tra quý bà và trẻ.

Nếu quý vị có đường huyết cao:

- Dùng khẩu phần ăn cân bằng tốt. Chuyên viên về dinh dưỡng sẽ giúp quý bà lập chương trình ăn kiêng.
- Tập thể dục mỗi ngày.
- Thường xuyên kiểm tra đường huyết của quý bà và ghi lại kết quả. Quý bà sẽ được dạy cách kiểm tra đường huyết của mình bằng máy đo đường huyết.
- Có thể quý bà cần tự chích insulin. Nếu phải làm vậy, y tá sẽ chỉ cách sử dụng cho quý bà.

Sức khỏe của quý bà sau khi sanh con

Sau khi sanh con, đường huyết chắc hẳn sẽ trở về mức bình thường.

Đường huyết của quý bà sẽ được kiểm tra sau khi sanh 6 tuần hay sau khi quý bà ngừng cho con bú sữa mẹ.

Phụ nữ bị tiểu đường trong thời kỳ thai nghén có nguy cơ cao mắc bệnh tiểu đường loại 2 sau này. Giảm nguy cơ bằng cách giữ trọng lượng khỏe mạnh, tập thể dục, và ăn thức ăn lành mạnh. Kiểm tra đường huyết ít nhất mỗi năm một lần hay như được chỉ định.

Cho bác sĩ hay y tá biết nếu có thắc mắc hay quan tâm.