

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

Dijabetis u trudnoći

Ako imate dijabetis, vaš organizam ne može normalno primiti hranu koju jedete i dobijati energiju. Dijabetis koji se pojavi u trudnoći se zove gestacijski (privremeni) dijabetis.

Kada jedete, vaš organizam pretvara hranu u oblik energije koji se zove glukoza. Glukoza je druga riječ za šećer. Glukoza odlazi u krv i povećava nivo šećera u krvi.

Gušterača (pankreas) stvara hormon koji se zove insulin. On pomaže da glukoza iz krvi pređe u ćelije vašeg organizma tako da je organizam može koristiti kao energiju. Bez insulina se ne može živjeti.

Dijabetis u trudnoći

Ako imate dijabetis, vi i vaša beba ne dobijate potrebnu energiju iz hrane koju jedete. Visok šećer u trudnoći može biti štetan i za vas i za vašu bebu. Kontrola krvne slike se radi da bi se utvrdio nivo glukoze u krvi.

Ako se ne liječi, gestacijski dijabetis može dovesti do:

- formiranja velike bebe, što može izazvati teškoće s porođajem
- mana pri porođaju
- niskog nivoa šećera u krvi kod vaše bebe nakon rođenja, što nije dobro za bebu
- problema sa disanjem kod bebe.

Signs

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

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.

Znakovi

Možda nemate nikakve znakove da vam je šećer u krvi povišen. Sa svojim ljekarom se posavjetujte o kontroli glukoze u trudnoći.

Vaša njega

Cilj je da se nivo šećera u krvi drži pod kontrolom. Pomnim nadzorom trudnoće vaš ljekar će kontrolisati i vaše zdravlje, i zdravlje vaše bebe.

Ukoliko imate visok nivo šećera u krvi:

- Jedite dobro izbalansiranu hranu. Stručnjak za ishranu ili medicinska sestra vam mogu pomoći prilikom planiranja ishrane.
- Svakodnevno vježbajte.
- Često kontrolišite nivo šećera u krvi i bilježite ga. Medicinsko osoblje će vam pokazati kako da kontrolišete nivo šećera u krvi uz korištenje glukometra.
- Možda ćete sami sebi trebati davati insulinske injekcije. Ukoliko do toga dođe, medicinska sestra će vam pokazati kako se to radi.

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.

Vaše zdravlje nakon bebinog rođenja

Nakon bebinog rođenja, vaš nivo šećera u krvi će se najvjerojatnije normalizovati.

Kontrola nivoa šećera će se vršiti svakih 6 sedmica nakon porođaja ili nakon što prestanete s dojenjem.

Veliki broj žena koje su imale gestacijski dijabetes, kasnije u životu imaju dijabetes tip 2. Smanjite rizik tako što ćete održavati zdravu tjelesnu težinu, vježbati i jesti zdravu hranu. Kontrolišite šećer u krvi najmanje jedanputa godišnje ili prema uputama.

Ukoliko imate bilo kakvih pitanja ili osjećate zabrinutost, o tome se posavjetujte sa svojim ljekarom ili medicinskom sestrom.

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.