

Tiểu Đường trong Thời Kỳ Thai Nghén

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. This is because your body does not make enough insulin for the amount of glucose that both you and your baby need for energy. This causes you to have high blood sugar during pregnancy, which 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

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

Khi ăn, cơ thể quý vị 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 vị 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 vị vào tế bào của cơ thể như vậy cơ thể của quý vị có thể dùng để tạo năng lượng.

Quý vị không thể sống nếu thiếu insulin.

Tiểu đường trong thời kỳ thai nghén

Với bệnh tiểu đường, quý vị 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 vị và trẻ. Quý vị 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 sinh con sẽ khó khăn
- Dị tật bẩm sinh
- Đường huyết thấp ở trẻ ngay sau khi sinh, điều này không tốt với trẻ của quý vị
- Vấn đề về hô hấp của trẻ

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.

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, exercising regularly, and eating healthy foods. Have your blood sugar tested at least once a year or as directed.

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.

Chăm sóc

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

Nếu quý vị có đường huyết cao:

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

Sức khỏe của quý vị sau khi sinh con

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

Đường huyết của quý vị sẽ được kiểm tra sau khi sinh 6 tuần hay sau khi quý vị 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.

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

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

© 2009 - September 28, 2016, Health Information Translations.

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Wexner Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain treatment.