

Patientinformation om graviditetsdiabetes

Du har fått diagnosen graviditetsdiabetes. Graviditetsdiabetes beror på att din kropp inte klarar av att hålla blodsockret på en normal nivå på grund av otillräcklig insulinproduktion. Under graviditeten ökar kroppens behov av insulin.

Det finns flera risker med att ha för högt blodsocker under en graviditet. Bland annat kan fostret växa för snabbt, vilket kan ge problem under förlossningen. Vissa komplikationer under nyföddhetsperioden är också vanligare vid graviditetsdiabetes. Du kan dock påverka förloppet genom att följa de kost- och motionsråd du får av den vårdpersonal du träffar.

För att hålla blodsockervärdena på en normal nivå rekommenderas du kostbehandling. Din barnmorska skriver en remiss till en dietist för att du ska få kostråd. Även barnmorskan och diabetessköterskan kan ge råd om kost och motion. Motion kan minska insulinbehovet betydligt.

Du kommer också att behöva göra egenkontroller av blodsockret med ett stick i fingret. Din barnmorska skriver en remiss till en diabetessköterska på din vårdcentral för att du ska få information kring hur man gör detta. Med hjälp av en blodsockermätare kontrollerar du ditt blodsocker sju gånger per dygn, minst två dagar per vecka. Det är viktigt att du skriver ner varje värde. Blodsockret mäts direkt före måltid och 1,5 timme efter avslutad måltid samt före sänggåendet. Varannan vecka ska du ringa till diabetessjuksköterska på SkaS diabetesmottagning på telefonnummer 0500-43 25 15 (Skövde) eller 0510-852 11 (Lidköping), för att rapportera och diskutera dina blodsockervärden.

Dina blodsockervärden bör före måltid vara högst 6 mmol/l och 1,5 timme efter måltid som högst 8 mmol/l. Om upprepade värden ligger över det ska du kontakta din diabetessjuksköterska på ovanstående telefonnummer. Hjälper inte dietbehandlingen kan tablett- eller insulinbehandling bli aktuell.

Efter förlossningen

Om man blir insatt på tablett eller insulin blir det utsatt direkt efter förlossningen. Några dagar efter förlossningen ska nya blodsockermätningar göras under en dag. Om du ligger kvar på BB under några dagar kan du göra mätningarna där och lämna resultaten till personalen.

En remiss från sjukhuset kommer att skickas till din vårdcentral för att du ska få en uppföljning hos diabetessjuksköterska inom ett år. Detta eftersom man vet att många kvinnor med graviditetsdiabetes senare kommer att utveckla diabetes. För att förebygga utvecklingen av diabetes är det viktigt att fortsätta vara noggrann med kost och motion samt undvika övervikt.

Blir du inte kallad till din vårdcentral inom ett år, eller om du till exempel flyttar, är det viktigt att du själv tar kontakt med vårdcentralen för uppföljning.

Specialistmödravården
Skaraborgs Sjukhus Skövde