

آموزش دیابت حاملگی

سوال	جواب
۱ درباره مشکلاتان چه می‌دانید؟	به شرایطی گفته می‌شود که افزایش قند خون برای اولین بار، در طی دوران بارداری دیده شود که معمولاً در هفته ۲۸-۲۴ بارداری با آزمایش تشخیص داده می‌شود.
۲ آیا در مورد روش رایمان به شما اطلاعاتی داده-اند؟	اگر در سونوگرافی انجام شده قبل زایمان، وزن جنین ۴۵۰۰ گرم یا بیشتر گزارش شود، سزارین مد نظر قرار می‌گیرد.
۳ در مورد رژیم غذایی چه توصیه‌هایی به شما شده‌است؟	مواد غذایی کم کالری (حجم زیاد و انرژی غذایی کم مثل سبزی و میوه) و عدم مصرف غذاهای شیرین (کربوهیدرات)
۴ در مورد فعالیت روزانه چه توصیه‌هایی به شما شده‌است؟	بدون محدودیت فعالیت و همراه با انجام ورزش مانند پیاده روی
۵ آیا از عوارض بیماری خود اطلاع دارید؟	احتمال تداوم دیابت پس از زایمان - عود دیابت در حاملگی بعدی - مشکلات قلبی و عروقی - فشارخون بالا و چاقی شکمی
۶ در مورد ارزیابی بعد زایمان چه توصیه‌ای به شما شده‌است؟	مراجعه به پزشک جهت بررسی قند خون در هفته ۲ و ۶ بعد زایمان
۷ برای پیشگیری از عود دیابت در حاملگی‌های بعدی چه توصیه‌هایی به شما شده‌است؟	کنترل وزن و انجام ورزش - مشاوره تغذیه - مراجعه به پزشک متخصص غدد
۸ در مورد اهمیت مراقبت‌های قبل بارداری برای حاملگی‌های بعدی چه اطلاعاتی به شما داده‌اند؟	مراقبت درست پزشکی و مراقبت قبل از بارداری جهت کاهش احتمال سقط زودرس و به حداقل رساندن عوارض زایمانی و ناهنجاری‌های جنینی
۹ در مورد روش‌های پیشگیری از بارداری چه توصیه‌ای کرده‌اند؟	بررسی وضعیت دیابت بعد از زایمان و انتخاب روش مناسب پیشگیری از بارداری با نظر پزشک
۱۰ در مورد اهمیت نگهداری برگه خلاصه پرونده چه آموزشی دیده‌اید؟	در صورت داشتن هرگونه مشکل مربوطه با در دست داشتن این برگه به بیمارستان مراجعه کنید.