

سكري الحمل (Gestational Diabetes)

ما المقصود بسكري الحمل؟ (What is gestational diabetes?)

إذا أصبح مستوى سكر الدم لديك مرتفعًا للغاية لأول مرة أثناء حملك، فأنت مصابة بسكري الحمل. وعادةً ما يعود للمستوى الطبيعي بعد ولادة الطفل.

يمكن أن يسبب ارتفاع مستويات سكر الدم مشكلات لك ولطفلك. يمكن أن ينمو طفلك بصورة كبيرة للغاية، مما قد يسبب مشكلات أثناء الولادة. يمكن أن يولد طفلك أيضًا بمستويات منخفضة لسكر الدم. ولكن مع العلاج، تتمكن أغلب السيدات المصابات بسكري الحمل من التحكم في مستويات سكر الدم لديهن وولادة أطفال أصحاء.

السيدات اللاتي أصبن بسكري الحمل تزيد احتمالية إصابتهن بداء السكري من النوع 2 لاحقًا مقارنة بالسيدات الأخريات. قد تستطيعين الوقاية من الإصابة بداء السكري من النوع 2 أو خفض شدته بالمحافظة على وزن صحي وتناول الأطعمة الصحية وزيادة نشاطك البدني.

ما الذي يسبب سكري الحمل؟

(What causes gestational diabetes?)

يصنع البنكرياس هرمونًا يسمى الإنسولين. يساعد الإنسولين جسمك على استخدام السكر من الطعام الذي تتناولينه وتخزينه بشكل صحيح. ويُبقى هذا مستوى سكر الدم لديك في نطاق مستهدف. عندما تكونين حاملاً، تصنع المشيمة هرمونات تُصعب من عمل الإنسولين. ويعرف هذا باسم مقاومة الإنسولين.

يمكن أن تصاب المرأة الحامل بداء السكري عندما لا يستطيع البنكرياس صنع ما يكفي من الإنسولين لإبقاء مستويات سكر الدم لديها في النطاق المستهدف.

ما هي الأعراض؟

(What are the symptoms?)

نظرًا لأن سكري الحمل يمكن ألا يسبب أعراضًا، فمن المهم أن تخضعي لفحص سكري الحمل.

في بعض الأحيان، تكون السيدة الحامل التي تظهر عليها أعراض مصابة بنوع آخر من داء السكري دون معرفة ذلك. إذا كنت مصابة بأعراض بسبب نوع آخر من داء السكري، فقد تتضمن:

- زيادة العطش.
- زيادة التبول.
- زيادة الجوع.
- تغييم الرؤية.

يسبب الحمل لدى أغلب السيدات زيادة معدل التبول والشعور بالجوع بشكل أكبر. لذلك لا تعني هذه الأعراض دائمًا إصابة السيدة بداء السكري. تحدثي إلى طبيبك إذا كنت مصابة بهذه الأعراض، حتى يمكن أن تخضعي لفحص داء السكري في أي وقت أثناء الحمل.

كيف يتم تشخيص سكري الحمل؟

(How is gestational diabetes diagnosed?)

توصي جمعية Diabetes Canada (جمعية Canadian Diabetes Association سابقًا) بأن تخضع جميع السيدات اللاتي لم يتم تشخيص إصابتهن بالفعل بداء السكري لاختبار سكري الحمل بين الأسبوعين الـ 24 والـ 28 من الحمل باستخدام اختبار تحمل الجلوكوز الفموي.



كيف يتم علاجه؟ (How is it treated?)

يمكن لبعض السيدات المصابات بسكري الحمل التحكم في مستوى السكر في الدم لديهن عن طريق تغيير نظامهن الغذائي وممارسة التمرينات بانتظام. يمكن أن تساعد هذه الاختيارات الصحية أيضًا في الوقاية من الإصابة بسكري الحمل في مرات الحمل المستقبلية وداء السكري من النوع 2 في فترة لاحقة من العمر.

يمكن أن يتضمن علاج سكري الحمل أيضًا التحقق من مستوى السكر في الدم في المنزل وزيارة الطبيب بانتظام.

قد تحتاجين إلى حقن نفسك بحقنات إنسولين للمساعدة في السيطرة على مستوى السكر في الدم لديك. يضاف هذا الإنسولين للإنسولين الذي يصنعه جسمك بالفعل. يمكن استخدام أدوية السكري للتحكم في سكري الحمل عند بعض السيدات.

للحصول على معلومات صحية عامة ومشورة من طاقم التمريض على مدار 24 ساعة طوال أيام الأسبوع، اتصلي بخدمة Health Link على الرقم 811. إذا كنت بحاجة إلى مترجم فوري، فاذكري فقط اللغة التي تحتاجينها.

سارية اعتبارًا من: 25 يوليو 2018
المصدر: myhealth.alberta.ca

تمت الترجمة بتصريح من Healthwise Inc.® وليس الغرض منها أن تحل محل نصائح الرعاية التي تحصلين عليها من مقدم الرعاية الخاص بك أو غيره من أخصائيي الرعاية الصحية. احرصي دائمًا على استشارة أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك للحصول على التشخيص والعلاج الطبيين.