هل تريد أن تعرف؟

I03
sheet 1/1

إرتفاع السكر خلال الحمل
Gestational Diabetes

التعريف

إرتفاع السّكر هو إضطراب في إفرازات الغدد المسؤولة عن حرق الكربوهيدرات، سببه إنتاج كمية غير كافية من الأنسولين. والأنسولين هو مادة يفرزها البنكرياس، يساعد على نقل السّكر من الدم إلى العضلات، وبذلك تتم عملية تخفيض نسبة السّكر في الدم. إنَّ داء إرتفاع السّكر خلال الحمل هو زيادة نسبة السّكر في الدم خلال الحمل فقط.

ما يجب أن تعرفه؟

الأدوية

تناولي الأنسولين وفقاً لإرشادات الطبيب.

الطعام والحمية

- إتبعي حمية خاصة تتناسب مع كمية الأنسولين (حسب إرشادات الطبيب وأخصائية التغذية).
- تناولي وجبة خفيفة قبل النوم لتجنب هبوط معدل السّكرفي الدم أثناء الليل.

النشاط البدني والحركة

إستشيري الطبيب حول نوعية وكمية التمارين التي بمكنك ممارستها مع تحديد فترتها.

الخيارات العلاجية

راقبي مستوى السّكر في الدم حسب تعليمات الطبيب وسجلي نسبته: إذا كان مستوى السّكر أقل من ٦٠ ملغ/الدسلتر، يجب تناول نصف كوب من الحليب أو عصير البرتقال.

إجراءات وقائية

- راجعي الطبيب في حال الشعور بالأعراض التالية والتي تدل على علامات مستوى سّكر مرتفع: تبول متكرر، عطش زائد، جوع زائد، خسارة الوزن.
- راجعي الطبيب في حال الشعور بالأعراض التالية والتي تدل على علامات مستوى سكر منخفض: خفقان القلب، تعرّق، شحوب، تشوّش في النظر/ زيغ في النظر....

إرشادات

جميع الحقوق محفوظة، ٢٠٠٦، الجامعة الأميركية في بيروت المركز الطبي

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمنا.
تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية اخرى.

© 2005 American University of Beirut Medical Center