

سكري الحمل



ما هو سكري الحمل؟

نوع من السكري يتطور أثناء الحمل، عادةً بسبب هرمونات المشيمة. يزول هذا السكري عادةً بعد الولادة. سكري الحمل مرض شائع ويمكن السيطرة عليه بشكل جيد بدعم من القابلة أو طبيب الأسرة أو ممرضة السكري.

لماذا تعتبر المتابعة مهمة؟

قد يزيد سكري الحمل من خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني لاحقًا. ويمكن أن يؤدي داء السكري إلى مضاعفات طويلة الأمد، مثل أمراض القلب، والسكتة الدماغية، وأمراض العيون، وأمراض الكلى ومشاكل الأعصاب. لذا، من المهم الكشف عن داء السكري وعلاجه مبكرًا.



متى يجب أن أتلقى متابعة؟

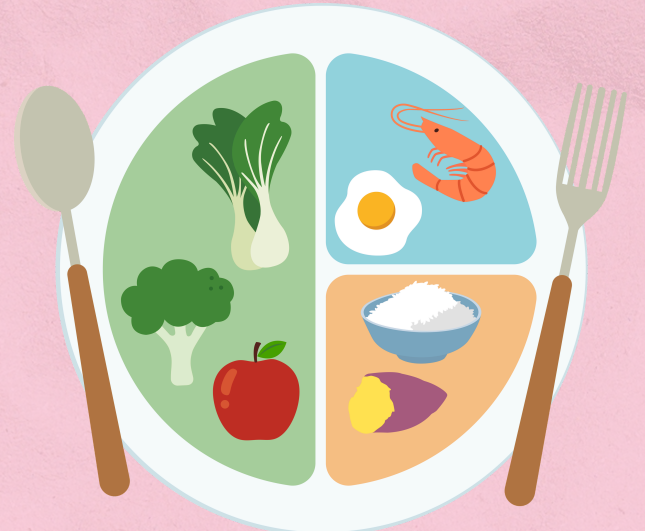
بعد 13 أسبوعًا من ولادة طفلك (HbA1c) يُنصح بإجراء فحص سكر الدم. يقيس هذا الفحص متوسط مستوى الجلوكوز في الدم خلال هذه الفترة.

مرة واحدة سنويًا - ولتسهيل تذكر HbA1c بعد ذلك، يُنصح بإجراء فحص ذلك، يُفضل إجراء الفحص في نفس وقت ميلاد طفلك كل عام.



كيف يمكنني تقليل المخاطر؟

اتباع نمط حياة صحي يُساعد على تقليل خطر الإصابة بداء السكري من النوع الثاني.
الحفاظ على وزن صحي
ممارسة الرياضة بانتظام
البقاء نشيطًا
تجنب التدخين والكحول



الأعراض التي يجب الانتباه إليها

قد تكون أعراض مرض السكري غامضة. إليك بعض الأعراض التي يجب الانتباه إليها!

- إرهاق شديد
- عطش مفرط
- كثرة التبول
- التئام الجروح ببطء
- التهابات متكررة، مثل داء المبيضات الفموي

