

PATIËNTEN
INFORMATIE

Zwangerschaps- diabetes

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis





Bij u is zwangerschapsdiabetes geconstateerd

Door middel van de Orale Glucose Tolerantie Test (OGTT) is de diagnose zwangerschapsdiabetes bij u gesteld.

Wat houdt dit precies in?

Zwangerschapsdiabetes

Tijdens de zwangerschap maakt het lichaam extra hormonen aan. Die hormonen zorgen ervoor dat het lichaam tijdelijk minder goed reageert op insuline. Dit is het hormoon dat de bloedglucose (suiker in het bloed) regelt. Normaal gesproken maakt het lichaam extra insuline aan tijdens de zwangerschap om de bloedglucose goed te houden. Maar bij zwangerschapsdiabetes gebeurt dat niet genoeg. Daardoor blijft er te veel glucose in het bloed zitten. Zwangerschapsdiabetes ontstaat meestal tussen de 24-28ste week van de zwangerschap. In de meeste gevallen verdwijnt deze vorm van diabetes na de zwangerschap.

Na uw zwangerschap hebt u een verhoogd risico (50% binnen 5 jaar) op het ontwikkelen van diabetes mellitus type 2. Een gezonde leefstijl en een gezond gewicht kunnen dit risico in belangrijke mate verminderen.

Gevolgen voor moeder en kind

Risico's voor moeder:

- Kans op zwangerschapsvergiftiging.
- Grotere kans op een keizersnede.
- Verhoogde bloedglucosewaarden waarvoor insuline injecties noodzakelijk zijn.

Risico's voor het kind:

- Grotere kans op een vroeggeboorte (het kind wordt voor 37 weken zwangerschap geboren).

- Hoog geboortegewicht van het kind wat de geboorte bemoeilijkt. Dit kan lijden tot een kneuzing of breuk van de schouder van het kind.
- Lage glucosewaarden van het kind direct na de geboorte, waardoor het kind langer opgenomen moet blijven op de verpleegafdeling.
- Groter kans op het krijgen van geelzucht bij het kind, wat leidt tot langere ziekenhuisopname.

Behandeling

Om de bloedglucose binnen de streefwaardes te houden is een aantal acties nodig:

1. **Voedingsadvies door de diëtist:** om te zorgen voor een goede verdeling van koolhydraten over de dag.
2. **Beweging:** beweging werkt glucose verlagend.
3. **Zelfcontrole:** zelf de bloedglucosewaarden meten m.b.v. een bloedglucosemeter.
4. **Start insuline:** als met dieet en/of beweging de bloedglucosewaarde(n) toch nog boven de streefwaarden komen, is behandeling met insuline noodzakelijk. Een behandeling met tabletten is tijdens de zwangerschap niet mogelijk.

Streefwaardes van de bloedglucosewaarden

Nuchter: onder de 5,3 mmol/l.

De overige waarden dienen onder de 6,7 mmol/l te zijn.

Behandeltraject

U wordt verwezen door de gynaecoloog of verloskundige voor de behandeling van zwangerschapsdiabetes.

De behandeling van zwangerschapsdiabetes bestaat allereerst uit de achteréénvolgende afspraken.

U moet rekening houden met een totale duur van 3 uur voor alle afspraken:

Individuele afspraak met de internist	10 minuten
Groepsvoorlichting gegeven door diabetesverpleegkundige en diëtist	20 minuten
Uitleg glucosemeter door firma Bosman	30 minuten
Individuele afspraak met de diëtist	30 minuten
* Individuele afspraak met gynaecoloog	30 minuten
* Echo	30 minuten

* Bent u doorverwezen door uw verloskundige? U krijgt dan tevens een afspraak bij de gynaecoloog en er wordt een echo gemaakt.

* Bent u doorverwezen door uw gynaecoloog? U hoeft niet naar de gynaecoloog en er hoeft geen echo gemaakt te worden op deze dag.

U kunt zich op het tijdstip van de eerste afspraak melden bij de **polikliniek Revalidatie, ingang 6 op de Zorgboulevard**. Op de dag van uw bezoek krijgt u precies te horen wat de volgorde is van de diverse afspraken.

Voorafgaand aan de bijeenkomst wordt u gevraagd de vragenlijst en voedingsdagboek in te leveren.

Na deze bijeenkomst wordt u gevraagd om 2 dagen een 7-punts glucosedagcurve te maken. De glucosedagcurves dient u vervolgens via de BeterDichtbij app of telefoon door te geven aan de polikliniek Diabeteszorg. Naar aanleiding van deze glucosedagcurves wordt er met u een verdere behandeling afgesproken.

Na de bevalling

Direct na de bevalling mag u stoppen met het meten van de bloedglucosedagcurves. Om er zeker van te zijn dat uw bloedglucosewaarden na de bevalling weer zijn genormaliseerd, vragen wij u om zes weken na de bevalling een 7-punts bloedglucosedagcurve te maken (zoals u gewend was te doen tijdens de zwangerschap).

Alleen indien uw nuchtere bloedglucosewaarde hoger dan 6 mmol/l is en/of uw bloedglucosewaarde overdag hoger dan 8 mmol/l is, adviseren wij u contact op te nemen met uw huisarts. De huisarts maakt dan een vervolgspraak met u.

Vrouwen die zwangerschapsdiabetes hebben gehad, hebben een hogere kans op het ontwikkelen van diabetes mellitus type 2 in de toekomst. Het is daarom van belang dat u de komende vijf jaar jaarlijks hierop wordt gecontroleerd. U wordt dan ook verzocht om jaarlijks een afspraak te maken met uw huisarts hiervoor.

Bereikbaarheid

Polikliniek Diabeteszorg

Maasstad Ziekenhuis

Dagcurves doorgeven tussen 09.00-10.00 uur.

U wordt zondig tussen 13.30-14.30 uur terug gebeld.

Telefoonnummer: (010) 291 36 65 of

via de BeterDichtbij app op uw mobiele telefoon.

Diëtist

Telefoonnummer: (010) 291 12 56 of

via de BeterDichtbij app op uw mobiele telefoon.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

