

Ki faktè ki ogmante risk pou ou devlope dyabèt lè ou ansent?

- Genyen plis pase 35 lane;
- Gen yon moun nan fanmi dirèk ou kap viv avèk dyabèt tip 2;
- Genyen yon endiks mas kòporèl (IMC) ki egal oswa pi wo pase 30 avan ou ansent, oswa pran plis pwa pase sa ki rekòmande pandan de premye trimès gwosès la;
- Gen yon asandans otoktòn, latino ameriken, azyatik, arab, oswa afriken;
- Ansent plizyè timoun an menm tan;
- Deja akouche yon pitit ki peze plis pase 4,1 kg (9 lbs);
- Gentan fè dyabèt gwosès oswa gentan resevwa yon dyagnostik pou entolerans ak glikoz oubyen predyabèt;
- Gen sendwòm ovè polikistik oswa genyen akantozis nigrikan ki se yon chanjman nan koulè po;
- Pran medikaman ki gen kòtizòn ladanl

Menm si pa gen okenn faktè risk, gen fanm ansent ki devlope dyabèt gwosès.

Resous

Flayè Dyabèt tip 2:
Konprann epi prevni Diabète Québec

Ordre des diététistes-
nutritionnistes du Québec
odnq.org

Ou gen kesyon sou dyabèt?

Service InfoDiabète
514 259-3422
1 800 361-3504
infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète

Universi D
universi-d.com

Diabète Québec
diabete.qc.ca

© Diabète Québec – jan 2024

Diabète Québec

Dyabèt gwosès

Kisa dyabèt gwosès ye?

Se ipèglisemi ki defini'l, sa vle di nivo sik nan san an wo. Sa rive pandan gwosès kay yon fanm ki pat gen dyabèt avan. Sa ka souvan rive nan zòn fen 6e mwa a. Nan pi fò ka yo, li disparèt apre akouchman an.

Pandan gwosès la, plasenta a pwodwi òmòn ki enpòtan anpil pou bon dewoulman gwosès la, men ki deranje fonksyonman ensilin nan kò a. Ensilin, se yon òmòn ki pèmèt desann nivo glisemi an, sa vle di sik nan san an.

Pou kèk fanm ansent, kò a pa kapab pwodwi ase ensilin pou kontwole efè òmòn sa yo. Sik la akimile nan san an epi li fè glisemi an monte.

Dyabèt gwosès pa ogmante ni risk malfòmasyon ni risk pou pitit ou gen dyabèt lè li fèt.

Ou ka pa rann ou kont sentòm yo!



Yon fatig ki pa abityèl pou yon fanm ansent



Yon ogmantasyon nan volim oswa nan frekans pipi



Yon swaf anpil



Tèt fe mal

Kijan nou fè detekte dyabèt gwosès?

Tout fanm ansent dwe fè youn nan tès deteksyon sa yo ant 24e ak 28e semèn gwosès la:

- 1 Mezire glisemi 1 èdtan lè w fin bwè yon likid sikre;
- 2 Mezire glisemi ajèn, apre sa, 1 èdtan epi ankò 2 èdtan lè w fin bwè yon likid sikre.

Dapre nivo risk ou, li posib tès la fèt pi bonè. Ou kapab mande pou ou fè tou de tès yo dapre rezilta ou jwenn.

Si ou jwenn yon dyagnostik dyabèt gwosès, yon ekip swen ap pran w an chaj.

Randevou adisyonèl ak ekografi ka nesèsè pou asire sante w ak sante bebe w.

Kenbe glisemi an nan barèm nan:

Diminye risk pou manman an

- Fè tansyon pandan gwosès la oswa pre eklanpsi, sa vle di yon konplikasyon pandan gwosès la ki fè presyon san an wo epi gen gonfleman;
- Akouche anvan lè;
- Fè yon sezaryèn oswa yon akouchman vajinal ki pi difisil (poutèt gwosè bebe a);
- Devlope dyabèt tip 2 apre akouchman an oswa kèk lane apre gwosès la.

Diminye risk pou bebe a

- Fèt avèk yon pwa ki pi wo pase mwayèn nan (plis pase 4,1 kg oswa 9 lbs);
- Prezante yon blokaj lè zepòl yo soti pandan akouchman an;
- Prezante ipoglisemi lè li fèt, sa vle di yon nivo sik nan san ki ba;
- Devlope lajonis, ki se yon mank kalsyòm nan san, oswa difikilte pou respire lè li fèt.

Kisa barèm glisemi an ye pandan yon gwosès?

| | |
|-------------------------------|-----------------------|
| Ajèn e avan manje | Mwens pase 5,3 mmol/L |
| 1 èdtan apre ou kòmanse manje | Mwens pase 7,8 mmol/L |
| 2 èdtan apre ou kòmanse manje | Mwens pase 6,7 mmol/L |

* Valè sa yo soti nan Liy dirèktiv pratik klinik 2018 pou prevansyon ak tretman dyabèt nan Kanada ki soti nan Dyabèt Kanada.

Ekip swen w ap konsèye w sou moman ak frekans ou dwe mezire glisemi an.

Bon abitud lavi ede kontwòle dyabèt pandan gwosès!

Pandan gwosès la, yo rekòmande pou w manje sante e ekilibre epi pratike aktivite fizik souvan, sòf si doktè w di w yon lòt bagay.

Yon tretman ak medikaman oswa ensilin ka nesèsè tou. Sa pa danjere pou w itilize ensilin pandan gwosès ou. Okontrè, risk yo pou manman an ak bebe a pi ba si ensilin nan ede glisemi an rive nan barèm nòmal.

Suivi ak yon nitrisyonis, se yon pati enpòtan nan jesyon dyabèt gwosès!

Akouchman

Pandan travay la, glisemi w dwe rete nan barèm nòmal yo toutotan sa posib. Enfimyè yo ap mezire l souvan.

Ekip medikal yo gen tout resous nesèsè pou yo asire akouchman w pase byen.

Apre akouchman

Fanm ki te gen dyabèt pandan gwosès yo gen 13 fwa plis chans pou yo devlope dyabèt tip 2 nan ane ki swiv la, konpare ak fanm ki pat gen dyabèt pandan gwosès yo.

Kidonk, yo rekòmande pou w fè sa:

- Fè yon analiz san ant 6 semèn ak 6 mwa apre akouchman an, pou detekte predyabèt oswa dyabèt tip 2;
- Kenbe bon abitud lavi pou w redwi risk pou w devlope dyabèt tip 2 oswa retade aparasyon li;
- Bay tete si posib imedyatman apre nesans bebe a pandan 4 premye mwa yo.

