

A terhességi cukorbetegség elkerülhető

A várandósságok 3-10%-ánál figyelnek meg kisebb-nagyobb cukoranyagcsere-zavart. A terhességi cukorbetegséget minden esetben nagyon komolyan kell venni, hiszen kezeletlenül az anyai és magzati következményei egyaránt súlyosak, életveszélyesek is lehetnek.

A terhesség alatt előforduló cukorbetegséget gesztációs diabétesznek nevezik. Ha bekövetkezett, akkor sem nem kell megrémülni: a szigorúan betartott diéta, valamint az orvos által előírt egyéb teendők pontos követése segíthet kivédeni a szövődményeket.

Milyen okokra vezethető vissza?

A terhességi cukorbetegség gyakorisága szoros összefüggést mutat a mozgásszegény életmóddal, az egészségtelen táplálkozással és az elhízás fokozódó gyakoriságával. Mára már ismert, hogy genetikai hajlam is szerepet játszik.

A **cukortolerancia romlása** ugyanakkor **teljesen természetes** folyamat terhesség alatt. Annak tudható be, hogy a kismama szervezetében az inzulinnal ellentétes hatású hormonok (pl. *pajzsmirigyhormon, növekedési hormon, mellékvesekéreg-hormonok, stb.*) elválasztása a terhesség 21. hetétől meredeken nő. Így a **27. héten a terhes nőnek** a cukoranyagcsere egyensúlyának biztosítására **már kétszer, a 36. hétre 3-4-szer annyi inzulint kell termelnie**, mint terhességen kívül.

Egy **egészséges szervezetű anyukának mindez nem gond**, ám az **elhízás, az inzulinrezisztencia – a sejtek inzulin iránti érzéketlensége –**, a **mozgásszegény életmód és a veleszületett genetikai hajlam** sok nő esetében oda vezet, hogy az inzulin-ellenes hormonok „legyőzhetik” az inzulint, így **lényegében inzulinfüggő cukorbetegség következik be.**

Az inzulin ellen ható, úgynevezett „kontrainzuláris” hormonok hatására a normális cukorértékek is különböznek terhesség alatt a nem terhes nők hasonló értékeivel összehasonlítva.

Milyen káros szövődményei lehetnek a gesztációs diabétesznek?

- A terhesség is nehezebben következik be, és gyakoribb a korai spontán vetélés.
- Gyakoribb a magzati fejlődési rendellenesség.
- A terhesség második harmadától a magzat súlyának növekedése felgyorsul, egyre jelentősebb lesz a magzatvíz-termelés.
- Gyakoribb a terhességi toxémia.
- Bár anyai cukorbetegsége a magzat óriásnövése a jellemzőbb, toxémia vagy más okból kialakult lepényelgtelenség miatt méhen belüli növekedés-visszamaradással is találkozunk.
- A gyermek megszületése után gyakori a magzati alacsony vércukorszint (hipoglikémia), ami intenzív ellátást igényelhet.
- A terhesség bármely időpontjában gyakoribb a magzat elhalása.
- Az orvos által előírt gyógyszerek.

Hogyan szűrik és kezelik a terhességi cukorbetegséget?

A kismamákat terhességük során **rutinszerűen – terheléses vércukorvizsgálattal – szűrik**, így ideális esetben a gesztációs diabétesz nem marad rejtve a kezelőorvos előtt.

A kezelésben az első **lépés a megfelelő, személyre szabott diéta** összeállítása. Az esetek nagy részében mindez elegendőnek bizonyul, ám előfordul, hogy emellett inzulinkezelés is szükséges.

A gesztációs diabéteszben szenvedő kismama feladata, hogy **egyenletesen tartsa vércukorszintjét**. Ha a kezelőorvos úgy látja jónak, ennek ellenőrzésére rendszeres **otthoni vércukormérésre** is szüksége lehet.

Az Accu-Chek® Active vércukormérő készülék a Roche-tól – megoldás terhességi cukorbetegség esetén is

A Roche innovatív és emberközeli gyógyászati megoldásokkal segíti a cukorbetegek mindennapjait. Ezért fejlesztette ki **az Accu-Chek® Active vércukormérő készüléket**, amely **maradéktalanul kielégíti** a korszerű vércukormérőkkel szemben elvárható követelményeket.

Esztétikus forma, gombnyomás nélküli mérés, 5 másodperces mérési idő, 7-14-30 napos átlagszámítás lehetősége, étkezés előtti és utáni vércukorértékek megkülönböztetése, fejlett adatelemzés és laboratóriumi pontosság gondoskodik róla, hogy az Accu-Chek® Active a diabéteszesek hasznos társa lehessen a rendszeres vércukormérésekben.

Az Accu-Chek® Active vércukormérő készüléket keresse a gyógyszertárakban, a kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!

A vércukorméréssel kapcsolatos információkért keresse fel a www.vercukormeres.hu oldalt!

