



Behandling af svangerskabssukkersyge

Du har fået konstateret svangerskabssukkersyge. I denne pjece kan du læse om den behandling, vi tilbyder. Du kan også læse om, hvordan du selv skal forholde dig under graviditet og fødsel, og efter du har født.

Omkring 5-6 % af alle gravide i Danmark udvikler svangerskabssukkersyge. Hos langt de fleste forsvinder sukkersygen igen efter fødslen.

Når svangerskabssukkersygen bliver behandlet, forløber de fleste graviditeter og fødsler helt normalt.

Sådan foregår behandlingen

Måling af langtidsblodsukker

Alle gravide med svangerskabssukkersyge får målt langtidsblodsukker (HbA1c) cirka hver 4. uge. Langtidsblodsukkeret er en blodprøve, der siger noget om, hvordan blodsukkeret har ligget de seneste 4-6 uger.

Diætbehandling

Diæt er ofte den behandling, der skal til for at få normale blodsukkerværdier. Vi tilbyder dig en samtale med en klinisk diætist, hvor I sammen tilpasser diæten til dine madvaner. Du skal herefter følge diæten under hele graviditeten.

Blodsukkermålinger

Du bliver oplært i at måle dit blodsukker. Du skal måle dit blodsukker før hvert hovedmåltid, det vil sige før morgenmad, før frokost og før aftensmad, og igen 1½ time efter måltidet, og inden du går i seng. I alt 7 gange dagligt. Blodsukkerværdierne skal ligge mellem 4 og 6 mmol/liter før et måltid og mellem 4 og 8 mmol/liter efter et måltid. Den første uge skal du måle dit blodsukker dagligt. Så kan vi se, hvordan dine blodsukkerværdier ligger. Hvis blodsukkerværdierne er i orden, kan du fortsætte med at måle dit blodsukker 1-2 gange om ugen.

Blodsukkermålingerne skal du sende til os. Vi ringer eller skriver til dig, hvis dine blodsukkerværdier er for høje.

Du låner blodsukkerapparatet af os, og du får udleveret teststrimler gratis under hele graviditeten. Du er altid velkommen til at ringe til os, hvis der er noget angående blodsukkermålingerne, du er i tvivl om.

Motion

Vi anbefaler dig at dyrke motion mindst ½ time dagligt. Fx rask gang, cykling, svømning eller den motionsform, du foretrækker.



Insulinbehandling

Det kan blive nødvendigt at behandle dig med insulin. Du får insulinbehandling, hvis dine blodsukkerværdier er for høje, selvom du følger den aftalte diæt og dyrker daglig motion. 15-20 % af gravide med svangerskabssukkersyge får brug for behandling med insulin. Ved en normal behandling får du insulin 4 gange om dagen. Du får insulin udleveret hos os gennem hele din graviditet, og vi lærer dig at tage insulinen. Når du er i insulinbehandling, vil vi kontrollere dig lidt hyppigere end sædvanligt, og du vil blive fulgt hos en læge med speciale i diabetes. Det er stadig vigtigt, at du følger diætbehandlingen og dyrker motion dagligt.

Graviditet og fødsel

Når du har svangerskabssukkersyge, har barnet tendens til at vokse sig stort under graviditeten. Jo mere normale blodsukkerværdier du har, jo mindre er denne tendens.

Ved svangerskabssukkersyge er der risiko for graviditetskomplikationer som fx forhøjet blodtryk, svangerskabsforgiftning, øget mængde af fostervand og for tidlig fødsel. Idet vi behandler og kontrollerer sukkersygen, er det dog sjældent, at disse komplikationer opstår. Flere kvinder med svangerskabssukkersyge får desuden fødslen sat i gang eller får lavet kejsersnit.

Efter fødslen

I langt de fleste tilfælde forsvinder sukkersygen efter fødslen. Hvis du kun har fået diætbehandling, er det ikke nødvendigt at måle blodsukker, og du kan spise, som du vil, lige efter fødslen. Hvis du kun har fået diætbehandling, kan barnet desuden komme med dig på Barselsafsnit 11 eller afsnittet for familiebarsel.

Hvis du har fået insulinbehandling, kommer barnet på Børneafdelingen, da risikoen, for at barnet har for lavt blodsukker, er lidt højere i dette tilfælde.

Idet barnet kan få for lavt blodsukker, måler vi barnets blodsukker det første døgn efter fødslen. Som regel er det tilstrækkeligt med 2 målinger.

Du kan amme barnet, og herudover får det modernælkserstatning for at holde blodsukkeret normalt. Nyfødte børn tåler ikke særlig godt at have for lavt blodsukker, og ved at give barnet mad undgår vi i de fleste tilfælde at give barnet drop med sukkervand.

Når du har svangerskabssukkersyge, producerer dit barn, mens det er i livmoderen, mere insulin end normalt for at holde dets eget blodsukkerniveau på plads. Når barnet er født, behøver det derfor 1-2 døgn for at vænne sig til ikke at producere så meget insulin. Så snart barnet har vænnet sig til det, har det ikke længere problemer med blodsukkerniveauet.



Der er en lidt større risiko for, at dit barn får gulsot, når du har haft svangerskabssukkersyge. Hvis dit barn får gulsot, kontrollerer vi det eller behandler det med lys, så gulsoten forsvinder.

Børn, der er født af mødre med svangerskabssukkersyge, har ikke øget risiko for misdannelser. Barnet har dog lidt større risiko for at udvikle type 2 sukkersyge som voksen. Det er derfor vigtigt, at du lærer dit barn sunde vaner.

Kontrol

Måling af blodsukker efter fødslen

Hvis du har fået behandling med insulin, kan vi næsten altid stoppe behandlingen lige efter fødslen. Det aftaler vi med dig inden fødslen. Du skal måle dit blodsukker de første 3 dage efter fødslen, så vi kan se, hvordan dine blodsukkerværdier ligger. I de første 3 dage efter fødslen skal du stadig holde diæten. Hvis dit blodsukker er normalt efter 3 dage, kan du spise normalt og stoppe med at måle dit blodsukker.

Har du kun fået diætbehandling, må du stoppe med at måle blodsukker efter fødslen, og du må spise, hvad du har lyst til.

Gå til kontrol 3 måneder efter fødslen

Cirka 3 måneder efter fødslen skal du til kontrol i Endokrinologisk Ambulatorium for at sikre, at du ikke har udviklet diabetes eller forstadier hertil. Her får du målt dit blodsukker og dit langtidsblodsukker. Du bliver ringet op cirka 6 uger efter fødslen med tilbud om dette. Ønsker du ikke denne kontrol, skal du i stedet til kontrol hos din egen læge.

Gå til kontrol 1 gang om året

Du skal herefter gå til kontrol 1 gang om året for at få målt dit blodsukker. Grunden til, at du skal gå til kontrol er, at cirka 50% af de kvinder, der har haft svangerskabssukkersyge, udvikler type 2 sukkersyge i løbet af de følgende 10 år.

Forebyg udviklingen af sukkersyge

Du kan selv forebygge udviklingen af sukkersyge. Hvis du er overvægtig, er det en god idé, at du taber dig. Hvis du har normal vægt, skal du holde den normal. Det er vigtigt, at du motionerer dagligt – mindst ½ time hver dag. Det kan også være en god idé at beholde de gode kostvaner fra graviditeten.

Bliv kontrolleret, hvis du bliver gravid igen

Når du har haft svangerskabssukkersyge, er der risiko for, at du udvikler den igen ved en ny graviditet. Hvis du bliver gravid igen, anbefaler vi derfor, at du bliver undersøgt med sukkerbelastning omkring 12.-14. svangerskabsuge og igen omkring 30. svangerskabsuge.



AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL
– i gode hænder

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om svangerskabssukkersyge, kan du eventuelt læse mere på <https://patienthaendbogen.dk> – søg på: 'svangerskabssukkersyge'.



Ambulatorium for Graviditet og Ultralyd

Tlf. 97 66 30 01

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 9.00 – 15.00