

รายการตรวจสอบสำหรับผู้เป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ (GDM)

เราทราบว่าอาจมีความสับสนได้ว่าคุณจะเป็นโรคเบาหวานขณะตั้งครรภ์ (GDM) และเราต้องการให้แน่ใจว่าคุณเข้าใจข้อมูลที่คุณจะได้รับจากพยาบาลผดุงครรภ์ของคุณที่คลินิกผดุงครรภ์

ทำเครื่องหมายกากบาทหน้ารายการที่คุณต้องการจะปรึกษาหรือเพิ่มเติมกับพยาบาลผดุงครรภ์ของคุณ

เมื่อมาเข้ารับบริการที่คลินิกผดุงครรภ์ในวันนี้คุณได้รับ:

- ข้อมูลเกี่ยวกับค่า OGTT (การทดสอบความทนต่อน้ำตาล/กลูโคส)
- ข้อมูลสำหรับผู้ป่วย (มีหลายภาษา) เกี่ยวกับ GDM ที่เว็บไซต์ www.CDC4G.com
- ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการทำงานและการใช้เครื่อง/อุปกรณ์วัดระดับน้ำตาลในเลือด
- เครื่อง/อุปกรณ์วัดระดับน้ำตาลในเลือดของคุณเป็นของส่วนตัวและไม่ถูกส่งคืน
- ข้อมูลเกี่ยวกับความถี่ที่คุณควรตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือดและค่าเป้าหมาย
- ให้รายงานค่าน้ำตาลในเลือดทุกสัปดาห์ กำหนดเวลาการติดต่อทางโทรศัพท์กับพยาบาลผดุงครรภ์สำหรับสัปดาห์ที่คุณไม่ได้ทำนัดหมายไว้
- อย่าลืมที่จะนำรายการน้ำตาลในเลือดไปให้พยาบาลผดุงครรภ์
- ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารและแผนพับเกี่ยวกับอาหาร ส่งต่อนักโภชนาการ
- ข้อมูลเกี่ยวกับการออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที/วัน และอัตราการเต้นของหัวใจที่ขึ้น

เมื่อคุณจะไปคลอดบุตร:

อย่าลืมนำเครื่อง/อุปกรณ์ตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด เซ็ม และที่เจาะเลือด

หลังจากคลอดบุตร:

- แนะนำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 3 เดือนซึ่งหมายความว่า มีผลดีต่อสุขภาพทั้งของคุณและลูกของคุณ รวมถึงลดความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวานประเภท 2 ในภายหลัง
- การรักษาด้วยยามักจะสิ้นสุดเมื่อทารกเกิด
- ตรวจระดับน้ำตาลในเลือดที่คลินิกผดุงครรภ์ตามคำสั่งแพทย์
- แพทย์ที่คลินิกผดุงครรภ์จะเขียนใบส่งตัวท่านไปยังศูนย์อนามัยเพื่อตรวจติดตาม หากแพทย์ไม่ได้เขียน พยาบาลผดุงครรภ์ของคุณสามารถเขียนใบส่งตัวเมื่อมีการตรวจติดตามหลังคลอดได้
- พยายามคำนึงอาหารและออกกำลังกายเมื่อกลับบ้าน เมื่อมาเข้ารับบริการคุณสามารถสอบถามใบส่งตัวใหม่กับนักโภชนาการได้

ขอให้โชคดี

ออกโดยหน่วยงานแผนกอนามัยมารดาภูมิภาคสตอกโฮล์มวันที่ 1 มกราคม 2019