

## **Жирэмсний чихрийн шижин өвчтэй танд өгөх Хяналтын хуудас**

Жирэмсний чихрийн шижин өвчтэй гэсэн онош авах танд хүнд санагдаж байгааг бид ойлгож байгаа бөгөөд бид таныг эх барихын хүлээн авах дээрх эх баригчаас авсан мэдээллээ ойлгосон эсэхийг энэ хяналтын хуудсаар шалгахыг хүсч байна.

Өнөөдөр эх барихын хүлээн авах дээр та дараах мэдээллийг авлаа.

- Сахарын ачаалал / глюкозын ачааллын дараах цусны сахарын үзүүлэлт ямар байгаа.
- Жирэмсний чихрийн шижин өвчний талаарх Өвчтөний мэдээлэл.
- Цусны сахарын аппарат хэрхэн ажиллуулах, ашиглах.
- Таны цусны сахарын аппарат зөвхөн таных бөгөөд буцааж өгөхгүй тухай.
- Цусны сахарын хэмжээг хэр олон удаа шалгах, баримжаалах үзүүлэлт нь юу вэ тухай.
- Цусны сахарын үзүүлэлтийг эх баригчид тогтмол тайлагнана.
- Эх баригчтай уулзах бүрт цусны сахарын үзүүлэлтийн жагсаалтаа авчирна.
- Жирэмсний чихрийн шижин өвчтэй хүний Хооллох зөвлөмж бүхий Өвчтөний мэдээлэл. Шаардлагатай бол хоолзүйч рүү чиглүүлэх.
- Биеийн хөдөлгөөн хийх. Зүрхний цохилтыг нэмэгдүүлэх дасгалыг долоо хоногт 150 минутаар, дор хаяж гурван өдөр хуваарилж хийхийг зөвлөдөг. Шаардлагатай бол физик эмчилгээ рүү шилжүүлэх.
- Жирэмсний үеийн Хөхний сүү ивлэгэх талаарх Өвчтөний мэдээлэл.

Хүүхэд төрүүлэхээр явахдаа:

Цусны сахарын аппарат, зүү, зүсэгчээ авч явахаа мартуузай.

Төрсний дараа:

- Хамгийн багадаа 3 сар хөхүүлэхийг зөвлөдөг ба тэгэх нь таны болон таны хүүхдийн эрүүл мэндэд эерэг нөлөө үзүүлж, хожим насандаа 2-р хэлбэрийн чихрийн шижин өвчнөөр өвчлөх эрсдлийг бууруулна.
- Эмийн эмчилгээ ихэвчлэн хүүхэд төрсний дараа дуусна.
- Цусны сахарын хэмжээг эмчийн зааврын дагуу төрөх тасаг дээр шалгана.
- Төрөх тасгийн эмч таны эрүүл мэндийн төв рүү хяналт тавих тухай хүсэлт бичнэ. Төрөх тасаг хүсэлт бичээгүй бол эх баригч хяналтын үзлэгтэй холбогдуулан тийм хүсэлт бичнэ.
- Гэртээ ирээд хоолны дэглэм барих, биеийн хөдөлгөөн хийх талаар үргэлжлүүлэн анхаар, шаардлагатай бол хоолзүйч эсвэл физик эмчилгээ рүү чиглүүлэхийг хүс.

Амжилт хүсье!

Stockholm эмнэлгийн бүсийн Эхийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний нэгж

Хянасан 2023-06-12