

## **Liste de vérification pour les femmes atteintes de diabète gestationnel**

Nous savons qu'être atteinte de diabète gestationnel peut être perturbant, et nous voulons avec cette liste de vérification nous assurer que vous avez compris les informations communiquées par votre sage-femme aux consultations des sage-femmes.

Aux consultations de sage-femmes aujourd'hui vous avez eu des informations sur :

- Vos taux après l'hyperglycémie provoquée par voie orale/test de tolérance au glucose.
- Informations aux patientes sur le Diabète gestationnel
- Le fonctionnement du glucomètre et comment l'utiliser.
- Votre glucomètre est personnel et ne doit pas être restitué.
- Combien de fois vous devez mesurer la glycémie et en quoi consiste une valeur cible.
- Vous devez rapporter vos valeurs de glycémie à la sage-femme en continu.
- Apporter avec vous la liste de glycémie à chaque consultation chez la sage-femme.
- Informations aux patientes sur le régime alimentaire recommandé en cas de diabète gestationnel. Ordonnance pour le diététicien en cas de besoin.
- L'activité physique. La recommandation est la pratique d'une activité physique qui augmente la fréquence cardiaque pendant 150 minutes/semaine divisée sur trois jours/semaine minimum. Ordonnance pour le thérapeute physiologique en cas de besoin.
- Informations aux patientes sur la stimulation des seins durant la grossesse.

Quand vous allez à la maternité :

N'oubliez pas d'amener avec vous votre glucomètre, vos bâtonnets et vos lancettes.

Après l'accouchement :

- Il est recommandé d'allaiter pendant au moins 3 mois, ce qui a un effet positif sur votre santé et celle de votre enfant, et réduit le risque de développer plus tard le diabète de type 2.
- Le traitement médicamenteux est souvent interrompu à la naissance du bébé.
- Contrôles de la glycémie à la maternité selon l'ordonnance du médecin.
- Le médecin de la maternité rédige une ordonnance pour votre centre de soins primaires pour le suivi. Si vous ne l'avez pas reçue, votre sage-femme peut rédiger une ordonnance à l'occasion de la consultation de contrôle après l'accouchement.
- Continuez à penser à l'alimentation et à l'activité physique quand vous rentrez chez vous, et en cas de besoin vous pouvez demander une nouvelle ordonnance chez le diététicien ou le thérapeute physiologique.

Bonne chance !

Établi par le service de santé maternelle, Région de Stockholm

Actualisé le 12/06/2023