什麼是妊娠糖尿病:

- ■妊娠糖尿病是指懷孕期間,因賀爾蒙(黃體素與腎上腺皮 質素)上升,造成胰島素效力減低而導致血糖上昇的現象。
- ■高危險群者包括:

高龄產婦、肥胖、糖尿病的家族史、 前胎曾是妊娠糖尿病患者、



子癲前症或子癲症、曾有不明原因死胎、先天性畸形、 或巨嬰症(超過4000公克)等產科病史的孕婦。

合併症:

\bigcirc 母親

- 羊水過多
- 難產
- 妊娠高血壓
- 水腫
- 早產

0 \bigcirc 胎兒

因母血和臍帶是相通的,胎兒也 處於高血糖狀態,可能造成:

- 胎死腹中
- 巨嬰症
- •新生兒低血糖
- 新生兒呼吸窘迫症候群
- 低血鈣症





症狀:

高血糖

- 尿多、喝多、吃多
- 嚴重會噁心嘔吐、呼吸困難、脫水、休克等。

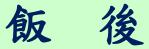
低血糖

·初期會有飢餓、發抖、冒汗、心悸、心跳加快、 頭痛、頭暈、噁心之後嗜睡、意識不清等。

妊娠糖尿病理想孕產期 及 產後血糖正常值 (建議自我密集監測血糖) 理想血糖標準:

空腹

<92mg/d1



1小時: <140mg/d1

2小時: <120mg/d1



RRRRRRR 護 理 指 導 奶奶奶奶奶

№ 飲食方面

少量多餐,因營養需求而異。

(可請營養師為您評估)

細嚼慢嚥,避免過快,導致過量攝取。

在每日的主食攝取中,選擇全麥麵包、 饅頭或不包餡的餐包,避免精緻甜點, 如. 西式蛋糕、酥皮麵包糕點、布丁…等

補充纖維質及水份,以防便秘, 勿用果汁或牛奶代替開水來補充水份。 依個人計劃之份量適當攝取。

清淡飲食,少吃太鹹或燻製食品,如醃肉、 火腿、醬瓜、豆腐乳等。











避免油炸食物或脂肪含量多的食物;

如肥肉、蹄膀等。



网络网络网络 護 理 指 導 奶奶奶奶奶

運動方面

養成持續性運動的習慣

依個人身體狀況採漸進式運動,不可操之過急

不可空腹運動

飯後一小時內,勿運動

運動中出現低血糖或不適症狀時, 應立即停止



№ 藥物方面

飲食及運動的保守療法無法控制時,

應遵守醫囑配合胰島素注射。

當產後血糖恢復正常,可依醫囑停止注射胰島素









CRCRCRCRCRC 護 理 指 導 SOSOSOSOSO

生產後6-8週,應重新評估 (醫師將檢查結果重新定位,並定期追蹤)

血 糖 正 常 :每三年追蹤一次

糖 尿 病 前 期:每年追蹤一次

糖 尿 病 :請儘速再追蹤及治療







