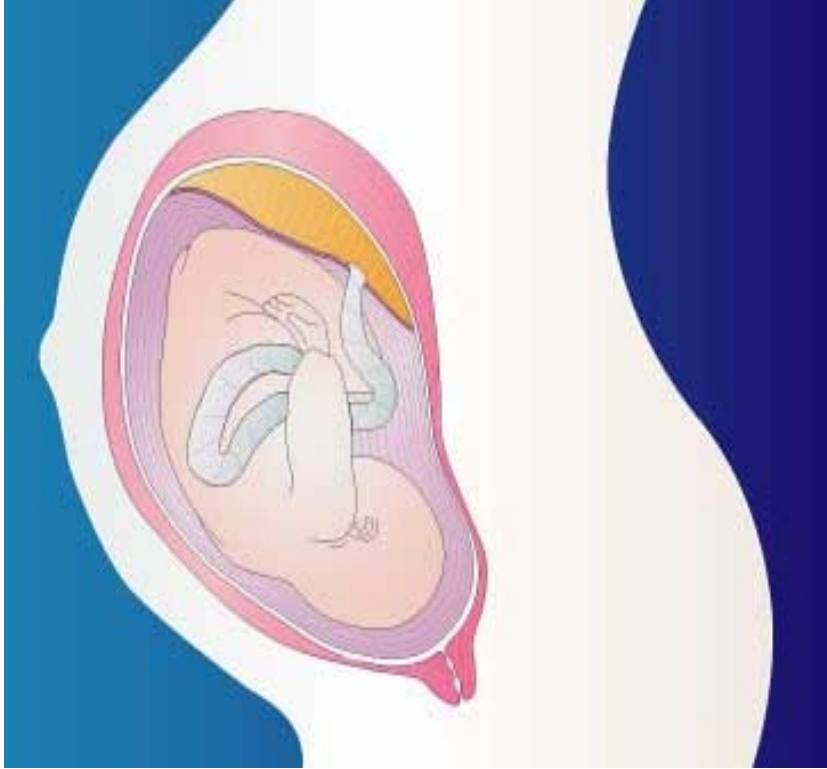




الحمل والسكري



الحمل والسكري

السكري والحمل وهو أن تكون السيدة مصابة بمرض السكري قبل حدوث الحمل.
أن مريضة السكري يمكنها أن تحمل وأن تلد طفلاً طبيعياً تماماً .

أما سكر الحمل فهو حالة من إرتفاع السكر في الدم و ظهور أعراض مرض السكري خلال فترة الحمل لدى المرأة التي لم يسبق لها و أن شخصت بالسكري من قبل وينتهي مع إنتهاء الحمل وهو يعتبر بمثابة تحذير عن قدوم السكري في المستقبل ويعتبره البعض مرحلة مبكرة من السكري النوع الثاني.



متى ينبغي عمل الفحص اللازم لاكتشاف السكر فى السيدة الحامل؟

يفضل أن يتم عمل فحص السكري فى حالة الصيام
لكل سيدة تنوي الحمل مرتين على الأقل.

لابد من عمل فحص تحمل السكر الفموي OGTT
عند تشخيص الحمل للسيدات اللواتي لديهن
مؤشرات قوية لاحتمال الإصابة بسكر الحمل وهي :
- السمنة

- الإصابة السابقة بسكر الحمل

- وجود سكر فى البول

- تاريخ إيجابى للسكرى فى الأسرة

- الحمل فى سن متأخرة

- الولادة السابقة لطفل يتجاوز وزنه 4 كغم

- السن أكثر من 25 عاما



الإنتماء الى عرق معروف بزيادة الإصابة
بالسكري كالهنود الحمر وسكان استراليا
الأصليون والعرب

وفى حالة عدم وجود سكر فى الحمل يعاد عمل
تحمل السكر الفموي في الدم فى الفترة من
الأسبوع الرابع والعشرين إلى الثامن والعشرين من
الحمل. ويوصى بعمل منحنى السكر فى الدم فى
هذه الفترة لكل السيدات الحوامل.

**ما هو مستوى السكر الطبيعى فى الدم فى
أثناء الحمل؟**

تحدث بعض التغييرات الفسيولوجية لدى
الحوامل تؤدى إلى انخفاض مستوى السكر فى
الدم عما كان عليه قبل الحمل ولذلك فإن مستوى



السكر فى الدم صائماً يكون من 80-60
ملغم/دل وبعد الإفطار بساعتين يكون أقل من 120
ملغم/ دل.

ما هو مستوى السكر فى الدم فى السيدة المصابة بسكر الحمل؟

يتم تشخيص سكر الحمل باستخدام اختبار
تحمل السكر الفموي 100 غم سكر عند
تشخيص الحمل

وتعتبر المريضة مصابة بسكر الحمل فى حالة وجود
نتيجتين إيجابيتين أو أكثر من كل من الآتي :

• مستوى السكر فى الدم صائماً 95 ملغم/دل أو
أكثر.

• مستوى السكر فى الدم بعد ساعة من
الجلوكوز 180 ملغم / دل أو أكثر

• مستوى السكر فى الدم بعد تناول الجلوكوز
بساعتين 155 ملغم/ دل أو أكثر



- مستوى السكر فى الدم بعد ثلاث ساعات 140 ملغم/ دل أو أكثر

ما هو مصير سكر الحمل بعد الولادة ؟

إن المريضة المصابة بسكري الحمل لديها احتمال قوى للإصابة بالنوع الثانى من السكرى عقب انتهاء الحمل وخاصة من تعانى من السمنة. وربما يختفى السكرى بعد الولادة ليدهم المريضة مرة أخرى فى حمل آخر فى المستقبل.

بماذا تنصح مريضة السكرى التى ترغب فى الحمل ؟

تبدأ مسيرة السيدة المصابة بداء السكرى قبل مرحلة الحمل. تسمى تلك الفترة بمرحلة ما قبل الحمل. فى هذه المرحلة تبدأ السيدة الراغبة بالحمل باطلاع طبيبها على رغبتها بالحمل ليبدأ التخطيط لحدوث حمل آمن. تكمن أهمية المتابعة لضبط سكر الدم فى مرحلة



ما قبل الحمل في تقليل مضاعفات السكري على الجنين خاصة في مرحلة التكوين الأولى و التي تحدث بين الأسبوع الرابع و الثامن و ذلك لتجنب حدوث التشوهات الخلقية أو الإجهاض المبكر أو المضاعفات الأخرى التي قد تحدث نتيجة ارتفاع مستوى سكر الدم.

إجراء التحاليل الآتية :

- أ- مستوى الهيموجلوبين السكري فى الدم والمستوى المثالى له 6%0
- ب- تحليل نسبة الكرياتينين فى الدم وتحديد نسبة الزلال فى البول.

ج - وظيفة الغدة الدرقية : TSH, T3, T4
لاستبعاد وجود زيادة أو نقص فى هرمونات الغدة الدرقية فى مريضة السكرى النوع الأول.



2- المتابعة المنزلية للسكر فى المنزل يومياً: ويكون العلاج ناجحاً إذا كانت مستويات السكر فى الدم :

- صائمة من 70- 100 ملغم/ دل

- بعد الأكل بساعة أقل من 140 ملغم/ دل.

3- التوقف عن استخدام الحبوب المخفضة للسكرى فى مريضة السكرى النوع الثانى واستخدام الأنسولين فى جرعات يحددها الطبيب.

4- إجراء فحص لقاع العينين لأن الحمل قد يؤدي إلى حدوث اعتلال الشبكية,أو تدهور هذا الاعتلال إن كان موجوداً من قبل.

5- متابعة ضغط الدم والسيطرة على ارتفاعه.

يحدث ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الأول نتيجة لوجود الاعتلال السكرى بالكليتين.

وقد تنصح المريضة بعدم الحمل إذا كان مستوى

الكرياتين فى الدم أكثر من 3 ملغم/ دل أو



مستوى الزلال فى البول أكثر من 2 جم/ 24 ساعة.

أما ارتفاع ضغط الدم فى مريضة السكرى النوع الثانى فهو كثيراً ما يصاحب السكرى, أما الأدوية المخفضة لضغط الدم **فيمنع** استخدام الأدوية الآتية :-

- مدرات البول

- الأدوية المثبطة للخميرة

المحولة للأنجيوتنسين

6- لابد من علاج المشاكل التى تصيب الجهاز

العصبى التلقائى فى مريضة السكرى

مثل : ضعف حركية المعدة مما يؤدي الى بقاء تفرغ

المعدة من الأكل

الاحتباس البولى

عدم الإحساس بنوبات انخفاض السكر

انخفاض الضغط عند الوقوف



7- متابعة تحليل البول للأستيون له أهمية كبيرة فى اكتشاف بؤادر غيبوبة ارتفاع السكر الاستيونية فى مرضى السكرى النوع الأول, كما أن اكتشاف الاستيون فى البول قد يكون نتيجة عدم أخذ المريضة وجبات كافية وتخفيض السعرات الحرارية بشكل شديد فى محاولة للسيطرة على السكرى.

ما هى مضاعفات سكر الحمل على الأم والجنين ؟

أولاً: المخاطر التى تصيب الأم :

1 - زيادة معدل العمليات القيصرية

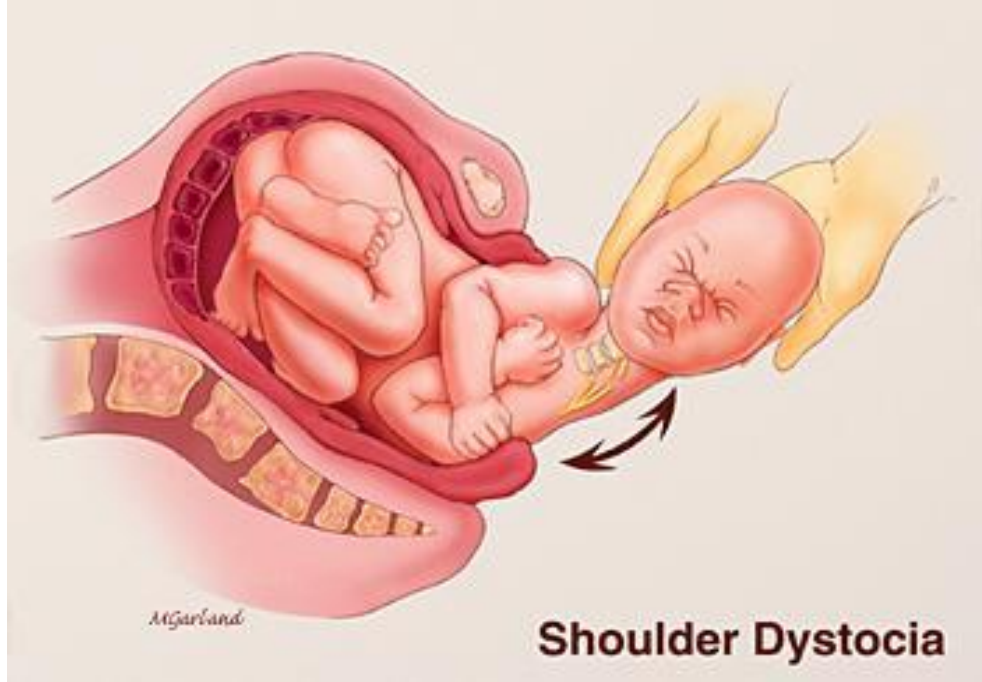
2 - ارتفاع ضغط الدم

3 - ما قبل إرجاج الحمل أو إرجاج الحمل

(Preeclampsia and Eclampsia)

4- زيادة السائل الأمينوسي

5- الإصابة بمرض السكرى النوع الثانى



ثانياً: المخاطر التي قد تصيب الجنين أو حديثى الولادة

- 1- الوفاة داخل رحم الأم
- 2- كبر حجم الجنين
- 3- التشوهات الخلقية
- 4- الولادة المبكرة
- 5- مشاكل لحديثى الولادة :-



- زيادة نسبة الصفراء بالدم
- انخفاض نسبة السكر فى الدم
- زيادة عدد كرات الدم الحمراء
- انخفاض نسبة الكالسيوم بالدم
- الوفاة

ثالثاً: يكون الطفل المولود للأم التي عانت من سكر الحمل أكثر عرضة فى فترة الشباب للإصابة بمرض السكر والسمنة.

ما هى خطة العلاج للسيدة الحامل المصابة بسكر الحمل أو لمریضة السكرى التى تحمل؟

- 1- إجراء تحليل منزلى يومى بالجهاز فى المنزل صائماً وبعد الوجبات.
أفضل المعدلات للسكر هى



- أن يكون صائماً 95 ملغم/ دل أو أقل من ذلك,
- بعد الأكل بساعة 140 ملغم/ دل أو أقل
- بعد الأكل بساعتين 120 ملغم/ دل أو أقل

2-مراقبة ضغط الدم.

3-مراقبة وجود زلال في البول.

4-مراقبة الجنين بواسطة جهاز الامواج الصوتيه
(ultrasound).

5- الحمية الغذائية المناسبة

-الانتباه إلى الوزن المعتدل والغذاء الصحي
ومناقشة هذا الموضوع مع الطبيب المعالج ومع
أخصائي التغذية.

6- الإنسولين:

- أثبتت الدراسات أن الإنسولين - بالإضافة إلى
الحمية - يقلل من حدوث زيادة في حجم
الجنين.



- تعتمد كمية الإنسولين على قراءات السكر في الدم.

- لا ينصح باستخدام خافضات السكر الفموية خلال الحمل لعدم ثبوت سلامتها على صحة الجنين.

7-تنصح السيدة المصابة بسكري الحمل بممارسة التمارين الرياضية المعتدلة وممارسة المشي.

الولادة:

- تتم الولادة في الأسبوع الثامن والثلاثين وذلك تحسبا لزيادة حجم الجنين

-لا بد من الولادة في المستشفى، وتحت إشراف طبيب الولادة، ووجود اختصاصي حديثي الولادة لمتابعة المولود وإعطائه الرعاية اللازمة.

ما بعد الولادة:



قد يكون الحمل سببا في الكشف عن مرض السكري.
ولهذا يجب على المصابة بسكري الحمل متابعة العلاج
بعد الولادة واتباع الخطوات التالية:

- تقليل الوزن عن طريق الحمية و ممارسة الرياضة.
- الامتناع عن التدخين لأنه مرتبط بمقاومة الإنسولين.
- الرضاعة الطبيعية (إذا لم يصاحبها زيادة في تناول الطعام) وذلك لمساعدتها على تقليل الوزن وتنظيم سكري الدم عن طريق تخفيف الوزن.
- يجب إجراء فحص تحمل السكر الفموي بعد 6 أسابيع من الولادة وذلك لأن الأم تبقى معرضة للإصابة مرة ثانية بسكري الحمل أو السكري العادي.
- يجب إجراء فحص السكر في الدم مرة واحدة كل سنة إذا كان فحص تحمل السكر طبيعيا.

