

Gestationsdiabetesmellitus (GDM)

Gestationsdiabetes ist definiert als eine Glukosetoleranzstörung, die erstmals in der Schwangerschaft diagnostiziert wird. Zur Diagnosestellung trinken Sie einmalig 75 g Glukose in 200 ml gelöst (oraler Glukosetoleranztest, oGTT) und zudem wird Ihnen unter standardisierten Bedingungen und qualitätsgesicherter Glukosemessung aus venösem Plasma Blut entnommen. Die Diagnose ist bereits mit einem erhöhten Glukosewert möglich [entnommen aus GDM LL, Stand: 08/2011].

Therapie

- Schulung der Blutzuckerselbstkontrolle
- Ernährungsberatung/ -plan
- Bewegung/ Sport

Sind Ihre Blutzuckerwerte weiterhin zu hoch, beginnen Sie mit der Insulintherapie, die wir Ihnen gemeinsam und Schritt für Schritt erklären.

Stillen

1. Stillen hat für Sie und Ihr Kind einen sehr positiven Effekt.
2. Gestillte Kinder haben ein bedeutend niedrigeres Risiko im späteren Leben an Diabetes mellitus zu erkranken.
3. Die besten Erfolge werden erzielt, wenn über 3 Monate gestillt wird.

Kontrollen nach der Geburt

Der Gestationsdiabetes bildet sich nach der Schwangerschaft meistens - aber nicht immer - wieder zurück.

Deshalb ist auch nach der Entbindung eine regelmäßige Untersuchung des Zuckerstoffwechsels wichtig.

Neben Übergewicht ist

Schwangerschaftsdiabetes einer der

bedeutungsvollsten Risikofaktoren für einen Typ 2 Diabetes.

Eine der wichtigsten Maßnahmen, um einen Typ 2 Diabetes zu verhindern, ist die frühzeitige Erkennung und eine Veränderung des Lebensstils:

Zahlreiche Studien konnten zeigen, dass Gewichtsreduktion, Ernährungsumstellung und regelmäßiger Sport das Auftreten von Typ 2 Diabetes stark reduziert.

Risikoverminderung

Bei Feststellung des GDM bekommen Sie deshalb von uns eine selbst gestrickte Babysocke. Diese **Socke** soll Sie während der Schwangerschaft daran erinnern, nach der Entbindung einen oGTT durchzuführen. Sobald Sie den Weg zu uns gefunden und den Test durchgeführt haben, bekommen Sie die zweite selbst gestrickte Socke für Ihr Neugeborenes. Auf diese Art und Weise wollen wir eine gute Kontrolle nach der

Geburt sicher stellen und Sie motivieren, sich nicht nur um das Baby, sondern auch um Ihre Gesundheit zu kümmern.

Weitere Kontrollen

Bitte vereinbaren Sie alle 4 Wochen einen Termin in unserer Sprechstunde in der Diabetesberatung oder beim Diabetologen. In diesen Kontrollen wird der HbA1c (Langzeitzuckerwert) ermittelt. Vereinbaren Sie zusätzlich rechtzeitig einen Termin beim Diabetologen in ca. 6-8 Wochen nach der Entbindung zum erneuten oGTT.

Telefonische Erreichbarkeit

Kontaktieren Sie uns einmal wöchentlich in der Zeit von 12.00 Uhr bis 13.00 Uhr unter der **Nr.: 0251-9352305** zur Besprechung Ihrer Blutzuckerwerte und ggf. ihrer Insulindosis.

Gemeinschaftspraxis

Diabetologikum DDG, Angiologie,
Zertifizierte Fußbehandlungseinrichtung
DDG

Dr. L. Rose, H. Pohlmeier, Dr. D. Lammers

Hohenzollernring 70, 48145 Münster

Telefon: 0251 935-2300

Fax: 0251 935-2322

Homepage: www.diabetes-muenster.de

E-Mail: beratung@diabetes-muenster.de



Gestationsdiabetes (GDM)

