

## Krankheitsbild

Der Schwangerschaftsdiabetes ist eine erstmals in der Schwangerschaft festgestellte Zuckerstoffwechselstörung, die in der Regel nach der 24. Schwangerschaftswoche auftritt und in den allermeisten Fällen nach der Entbindung wieder verschwindet.

Ein Schwangerschaftsdiabetes tritt je nach Ethnizität (Herkunft) bei 2 bis 14% aller schwangeren Frauen auf.

Ein nicht diagnostizierter oder unbehandelter Schwangerschaftsdiabetes birgt Risiken für Mutter und Kind.

## Test-, Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten

Bei jeder schwangeren Frau wird zwischen der 24. und der 28. Schwangerschaftswoche ein Glukosetoleranztest (Zuckerbelastungstest) durchgeführt.

Eine frühe Diagnose ermöglicht eine angemessene Behandlung, und manchmal können einfache Massnahmen, wie regelmässige körperliche Aktivität und entsprechende Ernährung, den Blutzuckerspiegel korrigieren.

## Test

Der in einem Labor oder in einer Praxis durchgeführte Glukosetoleranztest dauert zirka 2 bis 3 Stunden. Die Blutentnahme erfolgt venös. Die schwangere Frau sollte während des Tests ruhig sitzen oder liegen.

### Vorbereitung:

Vorher während mind. 8 Stunden  
weder essen noch trinken.

### 6 h 1. Blutentahme nüchtern

Der Werte sollte  $< 5.1 \text{ mmol/l}$  sein.  
Anschliessend Trinken einer Zuck-  
kerlösung (75 g Glukose in genau  
3 dl Wasser gelöst).

## 7 h 2. Blutentahme

1 Stunde nach dem Trinken. der Wert sollte  $< 10.0 \text{ mmol/l}$  sein.

### 8 h 3. Blutentahme

2 Stunden nach dem Trinken: der Wert sollet  $< 8.5 \text{ mmol/l}$  sein.



# Schwangerschaftsdiabetes

SCHWANGERSCHAFT

INFORMATIONSBROSCHÜRE

## Diagnose

Sollte einer der drei erhobenen Werte erhöht sein, genügt dies zur Erstellung einer Diagnose.

## Behandlung

Ein diagnostizierter Schwangerschaftsdiabetes bedingt verschiedene Massnahmen.

Die Betroffenen werden von einer Diabetesfachperson (Endokrinologie oder Diabetesberatung) zur Blutzuckerselbstmessung und -dokumentation angeleitet.

Die Werte sollten in regelmässigen Abständen mit der Fachperson besprochen werden.

Die meisten Betroffenen können ihren Blutzucker mit einfachen Lifestyle-Massnahmen kontrollieren, indem sie sich an einen von der Ernährungsberatung abgegebenen Ernährungsplan halten und sich im Schnitt 30 Minuten pro Tag so bewegen, dass sie leicht ausser Atem kommen (z.B. schnelles Gehen).

Bei zirka 10% der betroffenen Frauen genügen die oben stehenden Massnahmen nicht.

Das bedeutet, dass eine Therapie mit Insulin notwendig ist.

## Fazit

Bei diagnostiziertem Schwangerschaftsdiabetes, der mit einer Diät behandelt wird und ohne Komplikationen verläuft, kann die Schwangerschaft bis zum spontanen Einsetzen der Wehen normal fortschreiten.

Im Falle einer notwendigen Behandlung mit Insulin wird ein spezifisches Protokoll (Diabetesdokumentation und -überwachung) für dieses Krankheitsbild angewendet.

Eine nüchtern durchgeführte Blutzuckerkontrolle sollte drei bis sechs Monate nach der Entbindung erfolgen, da ein hohes Risiko (bis zu 50%) besteht, innerhalb von zirka 20 Jahren nach der Schwangerschaft an Typ- II Diabetes zu erkranken.

KONTAKT

 women's **HEALTH**

 **LAB  
POINT**

m y l a b p o i n t . c h

LabPoint Medizinische Laboratorien AG

MAR-BR-CH-D-005