

نشرة معلومات عن الحالة الصحية
صدرت في أبريل/نيسان 2020

التخطيط للحمل للمصابات بداء السكري من النوع 1 والنوع 2

ما هو؟

إذا كنت مصابة بداء السكري من النوع 1 أو النوع 2 وكنت تنوين الإنجاب، فإن التخطيط للحمل أمر ضروري، إذ أنّ من شأنه أن يقلل من احتمالات حدوث إجهاض أو مخاطر صحية أخرى لدى المصابات بداء السكري. أما إذا لم ترغب في الإنجاب، فإن التخطيط ما قبل الحمل يتضمن التأكد من امتلاكك لوسائل منع حمل مناسبة. تحدثي إلى طبيبك حول كيفية تحضير بدنك لحمل صحي إذا كنت تخطين للإنجاب الآن أو في المستقبل. العديد من حالات الحمل لدى المصابات بداء السكري من النوع 1 أو 2 حدثت بلا تخطيط لها، ولذا من المهم الحصول على رعاية متخصصة بأسرع وقت ممكن في حال حدوث الحمل لديك.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن؟

إذا لم ترغب في الإنجاب، فإن طبيبك العام سيقوم بالتالي:

- يعطيك خيارات لمنع الحمل بما في ذلك خيارات للطوارئ وخيارات ذات مفعول طويل الأجل.
 - يتحدث معك عما عليك القيام به إذا قررت الإنجاب في المستقبل.
- إذا كنت حبلتي أو رغبت في الإنجاب، فإن طبيبك العام سيقوم بالتالي:
- يتحدث إليك عن أهمية التحكم في نسبة السكر في الدم أثناء الحمل.
 - يقيم أدويةك وسلامتك.
 - يرتب لإجراء فحوص الدم والبول قبل الحمل.
 - يتحدث معك حول خيارات الرعاية أثناء الحمل.
 - يوصف لك مكمل حمض الفوليك.
 - يتأكد من أن التحكم في نسبة السكر في الدم على أفضل وجه لمدة 3 أشهر على الأقل قبل الحمل.
 - يتحدث معك عن نظامك الغذائي ويقترح مراجعة أخصائي التغذية.
 - يجري اختبارات لأي مضاعفات ناجمة عن داء السكري.
 - يحيلك إلى عيادة محلية لتخطيط الحمل.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام في المستقبل؟

ستراجع طبيبك العام لإجراء كشف منتظم لك ولإعطائك نتائج الفحوصات والاستمرار في مراقبة صحتك في حالة حملت، ومتى أصبحت حبلتي سيحيلك إلى عيادة الحمل المتخصصة في المريضات بداء السكري.

ماذا بوسعي أن أفعل؟

تحدثي مع طبيبك وتأكدي من فهمك لوسائل منع الحمل أو الاستعداد لحمل صحي. تابعي مع طبيبك العام نتائج أي اختبارات أجريت لك. تأكدي من أنك على علم بمن تتصلي إذا كان لديك سؤال، أو إذا حبلت.

إذا كنت حبلتي

ستراجعين طبيبك العام لإجراء فحوصات منتظمة والحصول على نتائج الاختبارات واستمرار طبيبك في رصد حالتك الصحية إذا حبلت. فإذا حبلت سيحيلك طبيبك العام إلى عيادة متخصصة في الحوامل المصابات بداء السكري.

التخطيط للحمل للمصابات بداء السكري من النوع 1 والنوع 2

ما هي أنواع الدعم المتاحة؟

خدمات مرضى السكري التابعة لمنطقة جنوب غرب سيدني الصحية المحلية

تقوم خدمات مرضى السكري في كل من مستشفى بانكستاون وليفربول وكامبلتون بإدارة عيادات العناية قبل الحمل. ويأمكن هذه العيادات دعمك في اكتساب التحكم اللازم للحمل السليم. تحدثي إلى طبيبك العام للحصول على الإحالة إلى هذه الخدمة.

ما الأسئلة التي يمكن أن أطرحها على طبيبي؟

بمن أتصل إذا اعتقدت أنني حبل؟

كم من الوقت يجب علي الانتظار قبل محاولة الإنجاب؟

هل احتاج إلى إجراء أي اختبارات؟

أين يمكنني معرفة المزيد؟

ما هي خيارات منع الحمل المتاحة؟

ماذا أفعل إذا حملت؟

ما هي مخاطر داء السكري أثناء الحمل؟

هل يجب أن أتوقف عن تناول أي أدوية؟



أين يمكنني معرفة المزيد؟

إذا كنت ترغبين في قراءة المزيد حول التخطيط للحمل وداء السكري، فقد تستفيدين من قائمة الموارد التالية:

• منظمة مرضى السكري الأسترالية - مرض السكري والحمل: diabetesaustralia.com.au

• برنامج الخدمة الوطنية لمرضى السكري: ndss.com.au

• مرض السكري من النوع 1 والحمل

• مرض السكري من النوع 2 والحمل

• الحمل