



Zwangerschapsdiabetes



Sint-Maria Halle
ALGEMEEN ZIEKENHUIS

TIJDENS DE ZWANGERSCHAP

Tijdens de zwangerschap zijn een aantal hormonen verantwoordelijk voor het tegenwerken van de insuline. Je lichaam wordt in het tweede trimester van je zwangerschap minder gevoelig voor de aangemaakte insuline. Je alvleesklier of pancreas gaat hierop reageren door meer insuline aan te maken. De vrouwen van wie de alvleesklier de nood aan insulineaanmaak niet aankan, krijgen zwangerschapsdiabetes.

Risicofactoren kunnen zijn

- erfelijke belasting (wanneer diabetes type 2 voorkomt in je familie is de kans groter)
- obesitas
- ras
- leeftijd
- PCOS
- ...

Om zwangerschapsdiabetes op te sporen, wordt bij iedere zwangere een suikertest gedaan in de 24 ste week van de zwangerschap. Zijn de resultaten van deze test afwijkend, dan gebeurt er tussen 24 en 28 weken een extra suikertest: OGTT genoemd.

Vertoont jou resultaat 1 of meer afwijkingen op deze test, dan spreken we van zwangerschapsdiabetes.

Zwangerschapsdiabetes, wat nu?

Jouw gynaecoloog zal je doorverwijzen naar de dienst endocrinologie voor dieetadvies, educatie omtrent zwangerschapsdiabetes en aanleren van suikermetingen. Hiervoor heb je dus zo snel mogelijk een afspraak bij de diëtist nodig.

Een afspraak maak je via

- **het secretariaat endocrinologie**
tel. 02 363 66 53
bereikbaar maandag tot donderdag, tussen 8.30 u en 12.00 u
- **bij afwezigheid kan je contact nemen met de diabetesdiëtist**
tel. 02 363 62 36 | d.blommaert@sintmaria.be
bereikbaar maandag tot woensdag, tussen 8.30 u en 17.00 u,
donderdag of vrijdag, tussen 8.30 u en 15.00 u

1 week (max 2) later zal een raadpleging ingepland worden bij de endocrinoloog. Deze specialist beslist of er al dan niet insuline nodig is, hoeveel glycemiemetingen er verder nodig zijn en hoe vaak opvolging noodzakelijk is.

NA DE ZWANGERSCHAP

Na de geboorte van je kindje is de zwangerschapsdiabetes voorbij. Toch is opvolging zeer belangrijk! Want net omdat je zwangerschapsdiabetes hebt doorgemaakt, is de kans groter (bijna 50%) dat je binnen 10 jaar na je zwangerschap diabetes type 2 ontwikkelt. Door een goede jaarlijkse opvolging bij je huisarts en het aanpassen van je levensstijl kun je het risico hierop echter fors verminderen.

We weten dat je als kersverse ouder aan heel wat zaken moet denken, daarom zetten we ze graag even op een rijtje voor jou:

OGTT (= een uitgebreide suikertest)

In je zwangerschap kreeg je een OGTT. Wij vragen om deze test nogmaals uit te voeren.

Wanneer?

Plan de OGTT in 6 à 12 weken na de bevalling. Indien je dan nog borstvoeding geeft, wordt de OGTT pas gepland na de borstvoedingsperiode met maximale uitstel tot 6 maanden na de bevalling.

Waar?

De OGTT kan uitgevoerd worden in het klinisch labo van het AZ Sint-Maria. Je kan er terecht vanaf 7.30u, en dit van maandag tem zaterdag, zonder afspraak.

(op zaterdag wel aanmelden voor 9u)

Hoe?

Voor de OGTT moet je nuchter zijn, dat wil zeggen dat je zeker 8 uur voor de test niets mag eten of drinken! De test duurt 2 uur. Bij borstvoeding kan nog voeding gegeven worden voor de test (niet tijdens de test).

De aanvraag voor het bloedonderzoek zal door de endocrinoloog, reeds voor de bevalling elektronisch aangemaakt worden.

Zoet Zwanger

Toen je de eerste keer educatie kreeg van onze diëtist/verpleegkundige heb je (hopelijk) ingetekend op 'Zoet Zwanger'. Deze organisatie gaat jou jaarlijks een brief sturen om je te herinneren aan je jaarlijkse controle bij de huisarts. Het is de taak van de huisarts om je door te verwijzen indien dat nodig is.

Levensstijl

Een evenwichtig voedingspatroon en voldoende beweging zijn de basis in het voorkomen of vertragen van het krijgen van diabetes type 2.

Je kunt heel wat informatie en tips vinden op de website van gezond leven: <https://www.gezondleven.be/>

JOUW VRAGEN EN OPMERKINGEN

A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

Deze brochure vertelt je welke zaken je moet opvolgens in geval van zwangerschapsdiabetes.

Heb je toch nog vragen, aarzel niet om de medewerkers van de diabeteskliniek of je diabetesdiëtist te contacteren. We helpen en informeren je graag.

DIABETESKLINIEK

tel. 02 363 66 53

diabetes@sintmaria.be



Sint-Maria Halle

ALGEMEEN ZIEKENHUIS

Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria vzw
ond. nr. 0467.967.491

Ziekenhuislaan 100 | 1500 Halle
tel. +32 (0)2 363 12 11 | fax +32 (0)2 363 12 10
www.sintmaria.be