


NOSEČNOST IN SLADKORNA BOLEZEN

Ljubljana, 17.09.2022

Mojca Lunder
 Klinični oddelek za endokrinologijo, diabetes in presnovne bolezni, UKC Ljubljana

ZAKAJ?



Pojavnost sladkorne bolezni v nosečnosti

Tabela 6: Sladkorna bolezen v nosečnosti na 1.000 porodov:

Sladkorna bolezen med nosečnostjo (D24)	2013	2014	2015	2016	2017	2018
	95,5	119,9	120,6	114,3	133,2	135,8

Vir: NUZ



Pojavnost sladkorne bolezni v nosečnosti je v porastu; tveganje se veča z višanjem starosti nosečnice.

Vir: Diabetes Canada

Tveganja sladkorne bolezni v nosečnosti za nosečnico in plod

- Visok krvni tlak
- Preeklampsijs
- Večja porodna teža otroka
- Rezvoj sladkorne bolezni tipa 2
- Tveganje za zaplete v nosečnosti
- Tveganje za plod
- Tveganje za otroka in mamo
- Večja možnost poškodb med porodom
- Nepravilnosti v razvoju in rasti ploda
- Razvoj debelosti


Vpliv povišane koncentracije glukoze v krvi na plod

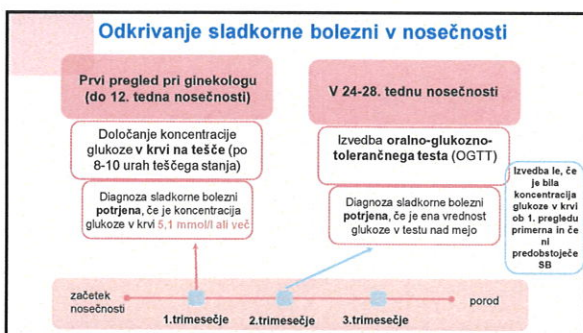
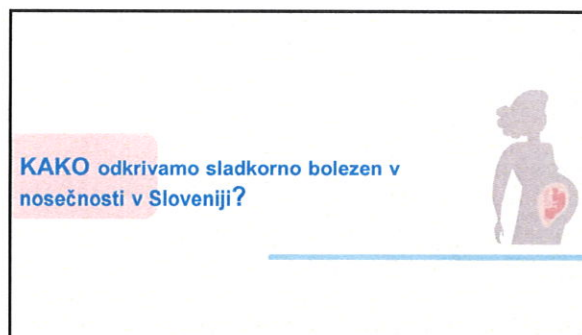
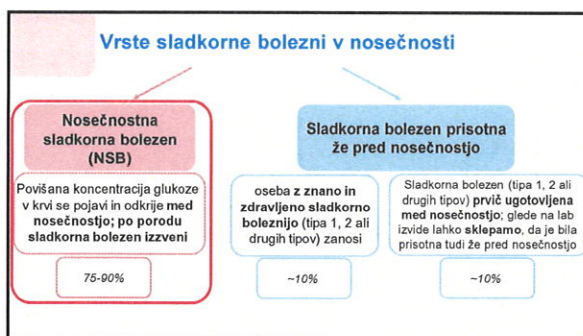
Povišana koncentracija glukoze v krvi NOSEČNICE → Povišana koncentracija glukoze v krvi PLODA → Nepravilnosti ploda

- Pospesena rast ploda, kopičenje maščevja
- Rezvojne nepravilnosti



KAKŠNE vrste sladkorne bolezni v nosečnosti poznamo?






OGTT-normalne in patološke koncentracije glukoze v krvi

	Normalne koncentracije glukoza v krvi	Potrjena sladkorna bolezen v nosečnosti
na tešče (pred zaužitjem glukozne raztopine)	manj kot 5,1 mmol/l	5,1 mmol/l ali več
60 min po zaužitju glukozne raztopine	manj kot 10,0 mmol/l	10,0 mmol/l ali več
120 min po zaužitju glukozne raztopine	manj kot 8,5 mmol/l	8,5 mmol/l ali več

začetek nosečnosti — 1.trimesečje — 2.trimesečje — 3.trimesečje — porod

- ### OGTT-navodila nosečnici
- Vsaj 3 dni pred testom svetujemo **normalno prehrano** (uživanje 150-300 g ogljikovih hidratov dnevno), in **običajno telesno aktivnost** (izogibanje večjim telesnim naporom).
 - Večer pred testom **od 22:00 ure dalje, odsvetujemo uživanje hrane** (test se izvaja po 8-10 urah teščega stanja), pije lahko samo navadno vodo (brez dodanega okusa).
 - Pred testom mora biti zdravstveno stanje nosečnice stabilno, brez hujših stresnih in vročinskih stanj.
 - Zjutraj na dan testa** je prepovedano uživanje hrane, kajenje, pije pijač - razen navadne vode.
 - Med testom je potrebno mirovanje; odsvetuje se tudi kajenje, uživanje hrane ali pijač (razen navadne vode).
-

PO POTRDITVI diagnoze nosečnosti sladkorne bolezni...



Po potrditvi diagnoze nosečnosti sladkorne bolezni


REDNO IZVAJANJE MERITEV GLUKOZE IN KETONOV

01 **KONCENTRACIJA GLUKOZE V KRVI**
na tešče & 90-120 min po glavnih obrokih (zajtrk, kosilo, večerja)


02 **KETONI V URINU**
na tešče **vsako** večerjo

CILJNE VREDNOSTI:
Konec. Koncentracija glukoze v krvi na tešče: manj kot 5,3 mmol/l
Konec. Koncentracija glukoze v krvi 90-120 min po obroku: manj kot 6,7 mmol/l

CILJNE VREDNOSTI:
negativni ketoni v urinu



ZDRAVLJENJE nosečnosti sladkorne bolezni



Zdravljenje nosečnosti sladkorne bolezni

1. Ukrepi zdravega življenjskega sloga (nefarmakološki ukrepi)
2. Uvedba insulina (farmakološko zdravljenje)

↓ ob nedoseganju ciljnih koncentracij glukoze v krvi

Priporočila zdravega življenjskega sloga

USTREZNA PREHRANA

Primeren energijski vnos hrane

Primerna razporeditev in število obrokov (3 glavni, 3 manjši - 2 malici, povečerek)

Primerna sestava obrokov

REDNA TELESNA DEJAVNOST

Hoja po obrokih

Večerni sprehod


Zdravljenje z insulinom

DOLGODELUJOČI INZULIN

- Aplikacije pred spanjem (običajno v podkožje stegna)
- Uvedba, ko so nad ciljem vrednosti glukoze na tešče
- Zniža vrednosti glukoze do jutra

KRATKODELUJOČI INZULIN

- Aplikacije pred glavnimi obroki (običajno v podkožje trebuha)
- Uvedba, ko so nad ciljem vrednosti glukoze po obrokih
- Zniža vrednosti glukoze po obrokih



Spremljanje v diabetološki ambulanti

- Pregledi običajno **enkrat mesečno**, po potrebi pogosteje.
- **Vsebina obiska:**
 - Pregled meritev glukoze in ketonov ob samokontroli
 - Določitev vrednosti glukoze, glikiranega hemoglobina (HbA1c) in analiza urina
 - Tehtanje, meritev krvnega tlaka
 - Pregled podatkov v materinski knjižici in pregled izvidov ginekologa (rast ploda)
 - Telesni pregled
 - Podamo navodila glede zdravljenja sladkorne bolezni



Zaključki

Nosečnostna sladkorna bolezen (NSB) je najpogostejša oblika SB v nosečnosti; odkrije se med nosečnostjo, po porodu izveni; tveganje za plod, nosečnico in zaplete ob porodu.

Odkrivanje NSB je dvostopenjsko:
1) prvo trimesečje: določitev koncentracije glukoze v krvi na tešče;
2) 24-28. teden nosečnosti: OGTT.

Zdravljenje NSB:
1) priporočila glede primerne prehrane in telesne aktivnosti
2) inzulin.
Redno spremljanje v diabetološki ambulanti.

Hvala za pozornost!

mojca.lunder@kclj.si

