



Diabete gestazionale: guida rapida

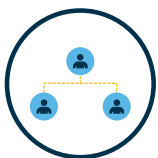
Che cos'è il diabete gestazionale?

- Il diabete gestazionale provoca livelli elevati di glucosio (zucchero) nel sangue durante la gravidanza.
- Quando mangi, il tuo corpo trasforma i carboidrati contenuti negli alimenti in glucosio, che entra nel sangue.
- L'insulina è prodotta dall'organismo per facilitare il trasporto del glucosio dal sangue alle cellule, dove viene utilizzato come fonte di energia.
- Gli ormoni della gravidanza possono impedire all'insulina di funzionare correttamente.
- Ciò significa che il glucosio rimane nel sangue, causando un aumento della glicemia e il diabete gestazionale.

Perché alcune donne sviluppano il diabete gestazionale

Chiunque può sviluppare il diabete gestazionale. Non sei l'unica e non hai fatto nulla che potesse causarlo.

Il rischio può essere maggiore a causa di:



storia familiare



età



storia clinica



background culturale



peso corporeo



tipi di farmaci utilizzati

Il diabete gestazionale è comune e curabile. Con le cure appropriate, è possibile avere una gravidanza e un bambino sani.

Diabete gestazionale e bambino

Il diabete gestazionale può aumentare il rischio di:

- pressione alta durante la gravidanza;
- partorire un bambino di peso elevato alla nascita;
- bassi livelli di glucosio nel sangue del bambino dopo la nascita.

La gestione corretta del diabete permette di ridurre questi rischi.

Gestione del diabete gestazionale

Il medico o il team di specialisti del diabete ti aiuteranno a predisporre un piano per la gestione del diabete gestazionale. Questo piano può includere:



Alimentazione sana

Il giusto equilibrio di alimenti sani fornisce nutrimento a te e al tuo bambino. Aiuta inoltre a mantenere i livelli di glucosio nel sangue entro l'intervallo raccomandato.



Mantenersi attivi

Aiuta a mantenere la glicemia entro l'intervallo raccomandato e a rimanere in forma in preparazione al parto.



Controlli della glicemia

Aiutano a capire come l'alimentazione e l'attività fisica influenzano i livelli di glucosio nel sangue e come mantenerli entro l'intervallo raccomandato.



Insulina e farmaci

Molte donne hanno bisogno di insulina o farmaci per gestire il diabete e mantenere la glicemia entro i valori raccomandati.

Dopo la nascita del bambino

- Il diabete gestazionale di solito scompare dopo la nascita del bambino. Il bambino non nascerà con il diabete.
- Tuttavia, il rischio di sviluppare il diabete di tipo 2 in futuro aumenta sia per te che per il tuo bambino.
- Effettuare controlli regolari del diabete e adottare uno stile di vita sano può aiutare te e la tua famiglia a rimanere in salute.
- Valuta con il medico o con lo specialista del diabete i controlli medici di cui hai bisogno.



Risorse NDSS

Per accedere a ulteriori risorse (anche nella tua lingua), visita il sito ndss.com.au oppure contatta l'assistenza telefonica NDSS al numero 1800 637 700.

Nota: queste informazioni sono fornite esclusivamente a scopo informativo. Non sostituiscono il parere medico individuale. In caso di dubbi sul proprio stato di salute o ulteriori domande, rivolgersi al proprio professionista sanitario.