

NATIONAL GESTATIONAL DIABETES REGISTER السجل الوطني لسكري الحمل

هل خضعت لفحص السكري المنتظم؟

هذا لتذكيرك بإجراء فحص منتظم لمرض السكري. واحدة من كل امرأتين أصيبت سابقاً بسكري الحمل ستصاب بمرض السكري من النوع الثاني أو ما قبل السكري في غضون 10-20 سنة. يمكن أن تظهر فحوصات مرض السكري ما إذا كانت مستويات الجلوكوز في الدم لديك ضمن النطاق الصحي. معرفة هذا يمكن أن يساعدك أنت وطبيبك العام (GP) في العناية بصحتك.

إذا لم تكوني قد أجريتِ فحصاً لمرض السكري مؤخراً، فقد حان الوقت الآن لزيارة طبيبك العام الذي سينظمه لك. يمكنك معرفة المزيد عن فحوصات داء السكري في النشرة أدناه.

سنرسل أيضاً تذكيراً إلى طبيبك العام (كما هو مدرج في البريد الإلكتروني أو الخطاب الذي تلقينته منا).

لتحديث بياناتك أو بيانات طبيبك العام أو إذا لم تعودي ترغبين في تلقي اتصالات من السجل، يرجى زيارة ndss.com.au/gdm-update

إذا كانت لديك أي أسئلة، فيرجى الاتصال بنا عبر البريد الإلكتروني على info@ndss.com.au أو الاتصال بخط المساعدة الخاص بـ NDSS على الرقم 1800 637 700.

مع خالص التقدير،

جان ريد

المدير العام التنفيذي للبرنامج الوطني لخدمات داء السكري (National Diabetes Services Scheme)
Diabetes Australia



NATIONAL GESTATIONAL DIABETES REGISTER

السجل الوطني لسكري الحمل

ماذا لو كنت أخطط لحمل آخر؟

ناقشي التخطيط للحمل مع طبيبك. يجب أن يشمل ذلك فحص مرض السكري من النوع الثاني في فترة تتراوح من سنة إلى سنتين. عندما تخططين لحمل آخر، عادة ما يكون هذا الفحص عبارة عن اختبار لتحمل الجلوكوز الفموي.

ماذا يحدث إذا تم تشخيص إصابتي بمرض السكري من النوع الثاني؟

يمكن السيطرة على مرض السكري من النوع الثاني من خلال الأكل الصحي والنشاط البدني. قد تحتاجين أيضاً إلى تناول دواء. يمكن لطبيبك العام أن يدعمك للتعامل مع مرض السكري والاعتناء بصحتك.

كيف يمكنني معرفة المزيد؟

امسحي رمز الاستجابة السريعة ضوئياً للحصول على مزيد من المعلومات حول فحوصات مرض السكري، والبقاء بصحة جيدة لتقليل خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني والتخطيط للحمل في المستقبل.



هل تحتاجين للمزيد من المساعدة؟

اتصلي بطبيبك العام أو خدمة الولادة بالمستشفى المحلي أو اتصلي بخط المساعدة الخاص بـ NDSS على رقم 1800 637 700.

قومي بزيارة ndss.com.au/gdm-update لتحديث بيانات الاتصال الخاصة بك أو الانسحاب من السجل.

لماذا أحتاج إلى فحص مرض السكري؟

واحدة من كل امرأتين أصيبوا سابقاً بسكري الحمل ستصاب بمرض السكري من النوع الثاني أو ما قبل السكري في غضون 10-20 سنة.

يمكن أن يحدث مرض السكري من النوع الثاني دون أي أعراض. يمكن لفحوصات مرض السكري المنتظمة أن تكتشف ما قبل السكري أو داء السكري من النوع الثاني مبكراً.

ما هو فحص مرض السكري؟

عادة ما يكون فحص مرض السكري عبارة عن تحليل دم بسيط. قد يُطلب منك الصيام (تجنب الأكل) بين عشية وضحاها قبل التحليل. أسألي طبيبك عن نوع التحليل وكم مرة تحتاجين إلى إجرائه.

يوصى بإجراء فحوصات مرض السكري ما بين كل سنة إلى ثلاث سنوات حتى لو كانت نتيجتك الأخيرة في النطاق الصحي.

”الاكتشاف المبكر مفيد جداً. إذا أصبت بمرض السكري، فسيكون من الممكن التحكم فيه بشكل أسرع. أطفالنا وعائلتي حافظ كبير بالنسبة لي، لذا فإن إجراء التحليل يستحق ذلك“ أنا، 29 عامًا

يعد هذا أيضاً وقتاً جيداً لإجراء فحوصات صحية أخرى، مثل ضغط الدم والكوليسترول.

راجع طبيبك لحجز فحص مرض السكري الآن.