



National Diabetes Services Scheme

An Australian Government Initiative

Điện Thoại Hỗ Trợ của NDSS 1800 637 700  
[ndss.com.au](http://ndss.com.au)

Vietnamese | Tiếng Việt

## NATIONAL GESTATIONAL DIABETES REGISTER SỔ ĐĂNG KÝ BỆNH TIỂU ĐƯỜNG TRONG THAI KỲ TOÀN QUỐC

### Quý vị có kiểm tra bệnh tiểu đường thường xuyên không?

Đây chỉ là sự nhắc nhở quý vị về việc thường xuyên kiểm tra bệnh tiểu đường. Cứ 2 phụ nữ bị tiểu đường trong thai kỳ thì sẽ có 1 người phát triển thành tiền tiểu đường hoặc tiểu đường loại 2 trong vòng 10-20 năm. Kiểm tra bệnh tiểu đường có thể cho biết mức đường huyết của quý vị có ở trong phạm vi bình thường hay không. Biết được điều này có thể giúp quý vị và bác sĩ gia đình (BS) của quý vị chăm sóc sức khỏe của quý vị.

**Nếu gần đây mà quý vị chưa kiểm tra bệnh tiểu đường, thì bây giờ là thời điểm tốt để đến gặp BS** để họ sắp xếp cho quý vị. Quý vị có thể tìm hiểu thêm về việc kiểm tra bệnh tiểu đường trong tờ rơi dưới đây.

Chúng tôi cũng sẽ gửi lời nhắc đến BS của quý vị (như được liệt kê trong email hoặc thư mà quý vị nhận được từ chúng tôi)

**Để cập nhật thông tin liên lạc của quý vị, thông tin liên lạc của BS của quý vị, hoặc nếu quý vị không còn muốn nhận thông tin liên lạc từ Sổ Đăng Ký, vui lòng truy cập [ndss.com.au/gdm-update](http://ndss.com.au/gdm-update).**

Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào, vui lòng liên hệ với chúng tôi qua email [info@ndss.com.au](mailto:info@ndss.com.au) hoặc gọi cho Điện Thoại Hỗ Trợ NDSS theo số **1800 637 700**.

Trân trọng,

#### Jan Ridd

Tổng giám đốc Điều hành, National Diabetes Services Scheme (Chương Trình Dịch Vụ Bệnh Tiểu Đường Toàn Quốc)  
Diabetes Australia



The NDSS is administered by Diabetes Australia

## NATIONAL GESTATIONAL DIABETES REGISTER SỔ ĐĂNG KÝ BỆNH TIỂU ĐƯỜNG TRONG THAI KỲ TOÀN QUỐC



### Tại sao tôi cần kiểm tra bệnh tiểu đường?

Cứ 2 phụ nữ bị tiểu đường trong thai kỳ thì sẽ có 1 người phát triển thành tiền tiểu đường hoặc tiểu đường loại 2 trong vòng 10-20 năm.

Bệnh tiểu đường loại 2 có thể phát triển mà không có bất kỳ triệu chứng nào. Kiểm tra bệnh tiểu đường thường xuyên có thể giúp phát hiện sớm bệnh tiểu đường hoặc bệnh tiểu đường loại 2.

### Kiểm tra bệnh tiểu đường là sao?

Kiểm tra bệnh tiểu đường thường là một xét nghiệm máu đơn giản. Quý vị có thể được yêu cầu nhịn ăn (tránh ăn) qua đêm trước khi xét nghiệm. Hỏi bác sĩ của quý vị về loại xét nghiệm và tần suất mà quý vị cần xét nghiệm.

**Nên kiểm tra bệnh tiểu đường từ 1 đến 3 năm một lần** ngay cả khi kết quả cuối cùng của quý vị ở mức bình thường.

“Phát hiện sớm là vô cùng quan trọng. Nếu mắc bệnh tiểu đường, quý vị có thể dễ kiểm soát bệnh tình nếu quý vị hành động sớm. Con cái, gia đình của tôi là động lực rất lớn đối với tôi, thế nên việc xét nghiệm là rất đáng” **Anna, 29 tuổi**

Đây cũng là thời điểm tốt để kiểm tra sức khỏe các phần khác, chẳng hạn như huyết áp và mỡ trong máu.

**Gặp bác sĩ của quý vị để đặt kiểm tra bệnh tiểu đường của mình ngay bây giờ.**

Tìm thêm thông tin tại  
[ndss.com.au/gestational-diabetes](https://ndss.com.au/gestational-diabetes)

### Nếu tôi đang có kế hoạch mang thai lần nữa thì sao?

Hãy thảo luận về kế hoạch mang thai với bác sĩ của quý vị. Điều này nên bao gồm việc kiểm tra bệnh tiểu đường loại 2 mỗi 1-2 năm một lần. Khi quý vị đang có kế hoạch mang thai lần nữa, việc kiểm tra này thường sẽ là xét nghiệm dung nạp đường qua thực phẩm.

### Điều gì xảy ra nếu tôi được chẩn đoán mắc bệnh tiểu đường loại 2?

Bệnh tiểu đường loại 2 có thể được quản lý bằng cách ăn uống lành mạnh và hoạt động thể chất. Quý vị cũng có thể cần phải dùng thuốc. Bác sĩ của quý vị có thể hỗ trợ quý vị kiểm soát bệnh tiểu đường và chăm sóc sức khỏe của quý vị.

### Tôi có thể tìm hiểu thêm bằng cách nào?



Quét mã QR để biết thêm thông tin về việc kiểm tra bệnh tiểu đường, giữ sức khỏe để giảm nguy cơ mắc bệnh tiểu đường loại 2 và lập kế hoạch mang thai trong tương lai.

### Cần trợ giúp thêm?

Hãy liên hệ với bác sĩ của quý vị, dịch vụ sản khoa bệnh viện địa phương hoặc gọi cho Điện Thoại Hỗ Trợ của NDSS qua số **1800 637 700**.

Truy cập [ndss.com.au/gdm-update](https://ndss.com.au/gdm-update) để cập nhật chi tiết liên hệ của quý vị hoặc chọn không tham gia vào Sổ Đăng Ký.