Abschließend dürfen wir darauf hinweisen, dass die obigen Ausführungen allgemeine Richtlinien beinhalten. Falls sich aus der persönlichen Krankengeschichte Ihres Kindes weitere, Empfehlungen ergeben haben, werden diese mit Ihnen im Rahmen des Arztgesprächs besprochen.

Wir wünschen Ihnen für die Zeit nach Ihrer Schwangerschaft und auch weiterhin alles Gute

Ihr behandelndes Team

www.noe-lga.at

IMPRESSUM
Medieninhaber: NÖ LANDESGESUNDHEITSAGENTUR · **Verlagsort:** 3100 St. Pölten · **Hersteller & Herstellungsort:** Gugler GmbH, 3390 Melk/Donau · **Bildnachweis:** pexels

Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Birgit Pfaller-Eiwegger, MSc und Dr. Werner Kuschei

Version 01/2024

LANDES GESUNDHEITS AGENTUR

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Patientinneninformation

Nachsorge bei Schwangerschafts-diabetes

Liebe Patientin

Etwa 10-15% der schwangeren Frauen entwickeln Schwangerschaftsdiabetes (Diabetes = Zuckerkrankheit).

Die meisten Frauen mit Schwangerschaftsdiabetes haben nach der Geburt des Babys keinen Diabetes mehr. Das Risiko, auch in der nächsten Schwangerschaft wieder an Schwangerschaftsdiabetes zu erkranken, ist aber höher.

Langfristig besteht im Vergleich zu Frauen, die keinen Diabetes in der Schwangerschaft hatten, ein erhöhtes Risiko an einem Typ-2-Diabetes oder an einer Herzkreislauferkrankung zu erkranken. Auch Kinder von Frauen mit Schwangerschaftsdiabetes haben ein erhöhtes Risiko Übergewicht und Typ-2-Diabetes zu entwickeln.

Zeigen Sie diese Empfehlungen auch Ihrer betreuenden Ärztin / Ihrem betreuenden Arzt

Ärztliche Kontrollen

Nach der Geburt verschwindet der Schwangerschaftsdiabetes normalerweise. Wegen des erhöhten Risikos ist es trotzdem wichtig, Kontrollen bei der Ärztin / beim Arzt zu machen:

- 4-12 Wochen nach der Geburt sollte ein oraler Glukosetoleranztest gemacht werden (= Messen des Blutzuckerwertes nach dem Trinken einer zuckerhaltigen Lösung).

NACHSORGE BEI SCHWANGERSCHAFTSDIABETES

- Alle 2-3 Jahre sollte dieser orale Glukosetoleranztest wiederholt werden. Das können Sie z.B. bei der Vorsorgeuntersuchung bei Ihrer Fachärztin oder Ihrem Facharzt für Allgemeinmedizin/ Innere Medizin machen lassen. Eine Messung des Nüchternblutzuckerwertes und des Langzeitblutzuckerwertes (HbA1c) sollte auf jeden Fall gemacht werden.

Was kann ich selbst nach der Schwangerschaft tun?

- Ernähren Sie sich gesund und machen Sie Sport: Ideal sind 5-mal pro Woche 30 bis 60 Minuten Gehen, Radfahren oder Schwimmen.

- Im ersten Jahr nach der Schwangerschaft: Versuchen Sie Ihr Gewicht vor der Schwangerschaft zu erreichen. Bei Adipositas (= Body Mass Index über 30) sollten Sie versuchen ihr Gewicht weiter zu verringern und zu halten.

Weiterführende Informationen und Links

Öffentliches Gesundheitsportal Österreichs:
www.gesundheit.gv.at

Österreichische Diabetesgesellschaft:
www.oedg.at