

Informationen für Patientinnen nach Gestationsdiabetes

Sehr geehrte Patientin,

Während der Schwangerschaft hat sich bei Ihnen ein Gestationsdiabetes entwickelt. Diese Störung des Blutzuckerstoffwechsels bildet sich in den meisten Fällen nach der Entbindung zurück.

Dennoch besteht ein höheres Risiko, denn:

- Jede fünfte Frau entwickelt bereits im ersten Jahr nach der Geburt eine Erhöhung der Blutzuckerwerte unter Zuckerbelastung (Vorstufe eines Diabetes Typ 2).
- Etwa jede zweite Frau erkrankt in den ersten 10 Jahren nach der Geburt an einem Diabetes mellitus
- Es besteht ein etwa 40 %-iges Risiko, bei erneuter Schwangerschaft, wieder einen Schwangerschaftsdiabetes zu entwickeln.
- Es besteht ein etwa doppelt so hohes Erkrankungsrisiko an Herz-/Kreislaufkrankungen (wie z.B. Herzinfarkt oder Schlaganfall) im Vergleich zu Frauen ohne Schwangerschaftsdiabetes.

Daher empfehlen wir Ihnen 6-12 Wochen nach der Geburt bei Ihrem Frauenarzt oder Diabetologen einen oralen Glucosetoleranztest (75- g-oGTT) durchführen zu lassen.

Außerdem sollte jährlich die eine hausärztliche Vorsorge stattfinden, die die Messung des Nüchternblutzuckers sowie des Langzeitzuckers (HbA1c) miteinschließt.

Durch einen gesunden Lebensstil können Sie aktiv dazu beitragen, Ihr Risiko für Folgeerkrankungen zu reduzieren. Dazu gehören:

- Gesunde Ernährung
- Gesundes Körpergewicht
- Rauchverzicht
- Sport und körperliche Aktivität
- Stillen

Stillen wirkt sich besonders positiv auf den mütterlichen Zucker- und Fettstoffwechsel aus. Das Risiko für Typ-2-Diabetes bei Müttern, die ihre Kinder gestillt haben, ist bis zu 15 Jahre nach der Entbindung deutlich verringert. Eine Stilldauer von über 3 Monaten reduziert auch kindliche die Adipositasrate. Aufgrund der positiven Auswirkungen des Stillens auf die mütterliche und kindliche Gesundheit möchten wir Frauen mit Gestationsdiabetes beim Stillen ihrer Kinder besonders ermutigen und unterstützen.

Bei einer erneuten Schwangerschaft sollte der bereits bei der Erstvorstellung bei Ihrem Frauenarzt ein Screening auf Diabetes durchgeführt werden.

Ihre langfristige Gesundheit liegt uns am Herzen. Wir beraten Sie gerne.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie für die Zukunft alles Gute.

Das Team der Geburtshilfe des Klinikverbunds Allgäu in Kempten und Immenstadt

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Chefarzt Prof. Dr. med. Ricardo E. Felberbaum
Telefon 0831 530 – 3393

Leitende Oberärztin Geburtshilfe und Pränataldiagnostik
Dr. Nicole Schweizer

Klinikverbund Allgäu gGmbH Klinikum Kempten und Klinikum Immenstadt
Sekretariat: Tel. 0831 530-3475; Fax 0831 530-3474

