

## BÆKLINGARÖÐ LJÓSMÆÐRAFÉLAGS ÍSLANDS<sup>©</sup>

Þessi bæklingur er í röð bæklinga sem  
Ljósmeðrafélag Íslands gefur út á vef  
félagsins [www.ljosmodir.is](http://www.ljosmodir.is)

Höfundur þessa bæklingis er  
Valgerður Lísa Sigurðardóttir, ljósmóðir.

Útgáfuár 2012

Myndir Shutterstock.com

### Helstu heimildir

Landspítali (2012). *Klínískar leiðbeiningar um skimun, greiningu og  
meðferð sykursýki á meðgöngu.*

Gilbert, E.S. (2011). *Manual of High Risk Pregnancy and Delivery*, 5th  
Edition



Borgartúni 6  
105 Reykjavík  
Sími 564-6099  
[www.ljosmodir.is](http://www.ljosmodir.is)

## BÆKLINGARÖÐ LJÓSMÆÐRAFÉLAGS ÍSLANDS<sup>©</sup>



## Sykurþolpróf á meðgöngu



## HVAÐ ER SYKURÞOLPRÓF?

Það er einföld rannsókn til að athuga hvort þú sért með meðgöngusykursýki.

## FYLGIR ÞVÍ EINHVER ÁHÆTTA?

Rannsókninni fylgir engin áhætta en sumar konur finna fyrir ógleði við að drekka sykurvatnið. Einnig geta fylgt óþægindi við að vera fastandi en það ætti að jafna sig fljótt eftir að þú færð þér að borða.

## HVAÐ VELDUR MEÐGÖNGUSYKURSÝKI?

Ýmsar breytingar verða á efnaskiptum líkamans á meðgöngu þar á meðal sykurefnaskiptum. Þessum breytingum er stjórnað af hormónum í þeim tilgangi að auðvelda aðgengi að kolvetnum fyrir fóstrið. Magn meðgönguhormóna nær hámarki um og eftir miðja meðgöngu. Þá verður aukin þörf fyrir framleiðslu insúlíns í braskirtlinum og ef ekki tekst að svara þeirri þörf þá getur það valdið meðgöngusykursýki. Sumum konum er hættara við að fá meðgöngusykursýki en öðrum og er mælt með sykurþolprófi fyrir þær.

## Ljósmæður taka vel á móti þér!

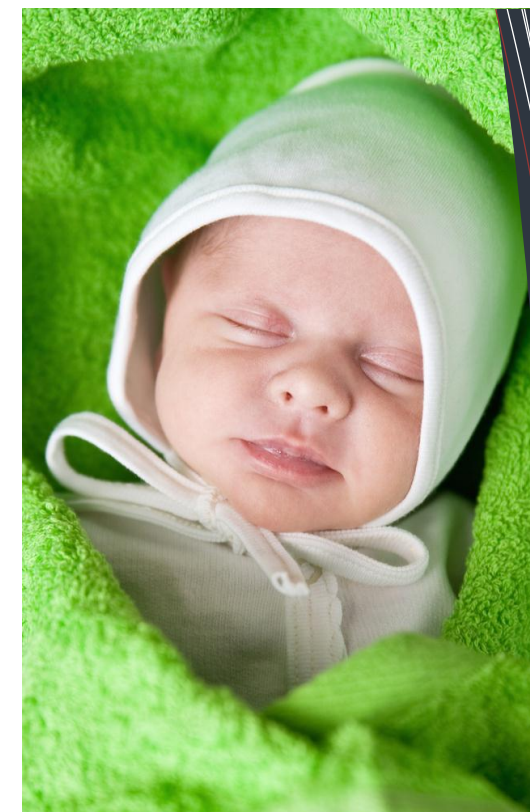
### HVENÆR ER MÆLT MEÐ SYKURÞOLPRÓFI?

Mælt er með sykurþolprófi við 24-28 vikur ef þú hefur eitt af eftirfarandi í sögu þinni:

- Líkamspyngdarstuðull (BMI)  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>.
- Saga um fæðingu þungbura miðað við meðgöngulengd eða  $\geq 4500$  g við fulla meðgöngu.
- Ættarsaga um sykursýki í fyrsta ættlið (systkini, foreldrar eða eigin börn).
- Kynþáttur er annar en hvítur.
- Aldur  $>40$  ára

Ef þú hefur áður greinst með meðgöngusykursýki eða hefur sögu um skert sykurþol er mælt með sykurþolprófi eftir fyrstu heimsókn í mæðravernd.

Stundum er mælt með sykurþolprófi eftir 28 vikna meðgöngu t.d. ef grunur er um að barnið sé stórt eða mikið legvatn.



## VIÐMIÐUNARGILDI TIL GREININGAR Á MEÐGÖNGUSYKURSÝKI

- Fastandi blóðsykur  $\geq 5,1$  mmól/l
- Eftir 1 klst.  $\geq 10$  mmól/l
- Eftir 2 klst.  $\geq 8,5$  mmól/l.

Ef eitt af gildunum er yfir mörkum telst þú vera með meðgöngusykursýki.



## HVERNIG ER SYKURÞOLPRÓF FRAMKVÆMT?

Fyrir rannsóknina þarftu að fasta á mat og drykk í 10 klukkustundir.

Prófið er gert að morgni dags. Byrjað er á að taka blóðsýni úr æð, fingurgómi eða eyrnasnepli (fastandi blóðsykur).

- Þér er gefið sykurvatn að drekka (75 g glúkósi í 250 ml af vatni).
- Klukkutíma síðar er tekin önnur blóðprufa (gildi við 1 klst).
- Tveimur klukkustundum eftir að þú drakkst sykurvatnið er aftur tekin blóðprufa (gildi við 2 klst).
- Þú ert beðin um að halda kyrru fyrir á meðan á rannsókn stendur, þ.a. gott getur verið fyrir þig að hafa með þér eitthvað til afþreyingar.
- Eftir síðustu blóðprufuna getur þú fengið þér að borða.
- Niðurstöður eru sendar til læknis/ljósmóður sem pantaði rannsóknina. Ef þú greinist með meðgöngusykursýki er þér vísað á göngudeild sykursjúkra þar sem þú færð ráðgjöf og blóðsykurmæli til að fylgjast með blóðsykri.