

# Diabetes och graviditet

Om du har diabetes sedan tidigare eller utvecklar graviditetsdiabetes kan det komplicera din graviditet. Men med rätt vård och stöd är utsikterna goda för dig och barnet.

## Planera och förbereda

Numera är förutsättningarna goda för att du som har diabetes ska klara av att vara gravid och få ett friskt barn. Det beror delvis på medicinska och tekniska framsteg, men din egen insats spelar också en stor roll.

Det är viktigt att du (och din eventuella partner) får information om olika problem som förknippas med graviditet och diabetes. Informera er gärna i god tid för att försöka planera graviditeten med hjälp av din diabetesläkare och diabetessjuksköterska. Blir du oplanerat gravid så ta genast kontakt med ditt diabetesteam eller mödravården..

## Kända risker

Om din diabetes inte är bra reglerad är risken större för missfall och att fostret får missbildningar. Blodsockret måste ligga bra under den första känsliga perioden då fostrets organ börjar utvecklas. Missbildningarna kan vara alltifrån lindriga till allvarliga och drabbar oftast hjärtat, centrala nervsystemet eller skelettet.

Havandeskapsförgiftning är också vanligare vid diabetes, särskilt om sjukdomen har påverkat dina njurar. Det kan leda till en för tidig förlossning.

## Vad ska jag tänka på?

Du som har diabetes och är gravid, eller planerar att bli gravid, ska vara extra noga med att hålla koll på

ditt blodsocker. Det bästa är om du kan gå in i graviditeten med så bra värden som möjligt. Risken att ett högt blodsockervärde ska orsaka fosterskador är störst under de första tre månaderna. När barnets organ är anlagda är det tillväxten av barnet som kan påverkas av att mammans blodsocker är högt. Barnet mår inte bra av att växa för fort och förlossningen blir besvärligare. Målet är att försöka hålla blodsockernivån så normal det går under hela graviditeten.

Om du har typ 1-diabetes så ändras ditt insulinbehov under hela graviditeten på grund av hormonerna som bildas i moderkakan. Insulindosen kan därför behöva justeras varje vecka.

Kvinnor med typ 2-diabetes behandlas vanligen med kost och tabletter. Den behandlingen brukar man ersätta eller komplettera med insulin under graviditeten.

## Vad är graviditetsdiabetes?

Vissa kvinnor utvecklar en nedsatt glukostolerans med förhöjda blodsockervärden under sin graviditet - så kallad graviditetsdiabetes. Detta kommer ofta i slutet av graviditeten. Risken för att du ska drabbas ökar om du är överviktig eller har föräldrar eller syskon med diabetes. Sjukdomen går över efter förlossningen, men det är viktigt att även du som har graviditetsdiabetes får rätt vård och stöd när du är gravid.

Som medlem  
i Svenska  
Diabetesförbundet  
får du förmåner  
och stöd  
[diabetes.se/](http://diabetes.se/)  
medlem

Behandlingen av graviditetsdiabetes kan se olika ut. Ibland räcker det med ändrade kostvanor och motion, men du kan också behöva tillfällig behandling med insulin. Kvinnor som tidigare har haft normalt blodsocker men drabbas av graviddiabetes löper en ökad risk att få någon av de andra två diabetesformerna senare i livet. Vanligen typ 2-diabetes. Om du får graviditetsdiabetes rekommenderar vi därför att du kollar ditt blodsocker regelbundet.

---

UPPDATERAD: FEB 2015