



Gestaatiodiabetes

Riina Lindström

Mitä GDM tarkoittaa?



- Raskausdiabetes on sokeriaineenvaihdunnan häiriö, joka todetaan ensimmäisen kerran raskauden aikana.
- Vuonna 2017 Suomessa poikkeava sokerirasitustestin tulos oli 19%:lla kaikista synnyttäjistä.
- Verensokeritaso on normaalia korkeampi äidillä, mutta myös sikiöllä, koska sokeri läpäisee helposti istukan.



Mistä GDM johtuu?

- Raskausdiabeteksen yleisin syy on elimistön lisääntyneeseen tarpeeseen nähden riittämätön insuliinin tuotanto.
- Raskausdiabetekselle altistavia tekijöitä ovat muun muassa äidin ylipaino, yli 40 vuoden ikä, aikaisempi yli 4500g painoinen lapsi, makrosominen sikiö, DMII lähisuvussa, aikaisempi GDM ja munasarjojen monirakkulatauti.

Miten GDM todetaan?



- 2 h sokerirasitus
- Neuvolassa pissan liuskatestissä voi näky sokeria pissassa



GDM hoito

- Ruokavalio-ohjaus ja ruokavaliohoito
- Liikuntaohjeet
- Verensokeriseuranta
- Tarpeen mukaan metformiini tai insuliini
- Ruokavaliohoito on riittävä, jos verensokerin paastoarvo on kotiseurannassa alle 5,5 mmol/l ja aterian jälkeinen arvo alle 7,8 mmol/l (yksi tunti aterian lopettamisesta).