

Diabetes in der Schwangerschaft - Erkennen, Behandeln, Vorbeugen.

Kerstin Marx – Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V.

PD Dr. Tanja Groten – Kompetenzzentrum „Diabetes und Schwangerschaft“, Geburtsklinik

Jena

Von einem Schwangerschaftsdiabetes bzw. Gestationsdiabetes ist die Rede, wenn erstmals während der Schwangerschaft ein erhöhter Blutzuckerspiegel und eine Glukosetoleranzstörung festgestellt wurde. Der Gestationsdiabetes gehört mit zu den häufigsten Schwangerschaftsbegleiterscheinungen. Es wird davon ausgegangen, dass 5 - 13,2% aller Frauen in Deutschland einen Diabetes während der Schwangerschaft entwickeln. In den meisten Fällen verschwindet dieser nach der Entbindung wieder, ein Risiko für einen späteren Diabetes bleibt jedoch. Für die Gesundheit von Mutter und Kind ist es wichtig sich in der Schwangerenvorsorge auf Gestationsdiabetes testen zu lassen und diesen bei positiver Diagnose zu behandeln.

Wie kann Gestationsdiabetes erkannt werden und welche Kosten sind damit verbunden?

Das Diabetesscreening ist Teil der Schwangerenvorsorge und die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen getragen.

Warum ist es wichtig Gestationsdiabetes zu behandeln?

Bleibt ein Gestationsdiabetes unerkannt bekommt das Kind im Mutterleib zu viel Zucker. In der Folge werden die Kinder schon im Mutterleib zu dick und haben ein übernormal hohes Geburtsgewicht („Makrosomie“). Nach der Geburt sind bei unbehandeltem Schwangerschaftsdiabetes Atemanpassungsstörungen und Unterzuckerungen, die für den Säugling eine akute Lebensgefahr bedeuten und unmittelbar behandelt werden müssen, häufige Komplikationen, die eine Aufnahme der Kinder in die Kinderklinik notwendig machen. Durch das hohe Geburtsgewicht der Kinder kann es für die Mutter eher zu Komplikationen und Verletzungen unter der Geburt kommen. Um diese zu umgehen kann manchmal sogar ein Kaiserschnitt notwendig werden. Ein unbehandelter Gestationsdiabetes erhöht außerdem das Risiko für Harnwegs- und Vaginalinfektionen bei der werdenden Mutter. Diese können zu vorzeitiger Wehentätigkeit führen und erhöhen so die Wahrscheinlichkeit einer Frühgeburt.

Therapie und Anlaufstellen

Wichtige Maßnahmen im Rahmen einer Therapie des Gestationsdiabetes sind eine Ernährungsumstellung, ausreichend körperliche Aktivität und eine dem Ausgangsgewicht angepasste Gewichtsentwicklung. Eine Insulintherapie ist nur bei ca. 20-30% der betroffenen Frauen notwendig.

Hilfe bekommen Frauen in Thüringen beim „Kompetenzzentrum Diabetes und Schwangerschaft“ im Uniklinikum Jena unter der Leitung von PD Dr. Tanja Groten. Hier findet eine ausführliche Ernährungsberatung statt und die Frauen werden in der Blutzuckerselbstbestimmung geschult und engmaschig im weiteren Schwangerschaftsverlauf betreut. Auch die diabetologischen Schwerpunktpraxen vor Ort sind für betroffene Frauen wichtige Ansprechpartner.

Aktiv vorbeugen

Ein bedeutender Risikofaktor für die Entwicklung von Schwangerschaftsdiabetes sind Übergewicht und Adipositas. Deshalb sollten alle Frauen mit Kinderwunsch auf einen gesunden Lebensstil achten und

Normalgewicht anstreben. Ein gesunder Lebensstil vor und in der Schwangerschaft vermindert nicht nur das Risiko an Gestationsdiabetes zu erkranken, sondern ist die beste Voraussetzung für eine komplikationsfreie Schwangerschaft und Geburt.

Weitere Informationen gibt es unter:

<https://www.uniklinikum-jena.de/geburtsmedizin/%C3%9Cber+uns/Leistungen/Kompetenzzentrum+Diabetes+und+Schwangerschaft.html>