



Информационный лист о проведении глюкозотолерантного теста в Женской клинике Нарвской Больницы

Гестационный диабет (он же диабет беременных) это нарушение обмена углеводов, которое вызывает повышение уровня глюкозы в крови, а также снижение чувствительности к инсулину во время беременности. Женщины, у которых во время беременности возник гестационный диабет, имеют повышенный риск развития в дальнейшем диабета I типа или II типа позднее.

Риски ГД выше при таких факторах как:

- Ожирение (индекс массы тела до беременности ≥ 30 кг/м²)
- ГСД во время предыдущей беременности
- Наличие диабета у ближайших родственников (родители, братья, сёстры)
- Вес ребёнка в предыдущих родах более 4500г.
- Синдром поликистозных яичников до беременности

Гестационный диабет может быть причиной таких осложнений, как преждевременные роды, макросомия (большой вес ребёнка на момент рождения), преэклампсия, нарушения адаптации новорождённых. ГД может быть показанием для индукции родов или кесарева сечения.

Почему диабет оказывает негативное влияние на состояние малыша?

Глюкоза проникает от мамы к ребёнку через кровь. Инсулин (гормон, который улучшает проникновение глюкозы в клетки организма) наоборот же, не проходит через плаценту. Малыш, получая избыточное количество глюкозы от мамы начинает активно вырабатывать свой собственный инсулин, под воздействием которого глюкоза начинает преобразовываться в жировую ткань. Все это ведёт к тому, что вес ребёнка увеличивается. Так же гестационный диабет может оказать неблагоприятное воздействие на дыхание ребенка после рождения .

После рождения малышу больше не поступает глюкоза через мамину кровь, а инсулин продолжает вырабатываться какое-то время. Это ведёт в гипогликемии у ребёнка - низкий сахар в крови, что негативно сказывается на состоянии организма.

Для диагностики гестационного диабета используется **тест на толерантность к глюкозе - ГТТ**. Просто анализ крови на глюкозу натощак или анализ мочи не подходит для определения гестационного диабета. Даже если анализ крови на гликированный гемоглобин (HbA1c) в норме, это не является показателем наличия/отсутствия ГСД.

ГТТ делается беременным с высоким риском в первом триместре (**с 8 по 16 неделю**) и во втором триместре (**с 24 по 28 неделю**).

Для того, чтобы сделать ГТТ, женщина поступает на дневной стационар к **8:30** с направлением от своего врача/акушерки. Сначала берётся первый анализ крови из вены - определение уровня глюкозы натощак, а так же анализ крови из пальца для определения уровня глюкозы с помощью глюкометра. Далее женщине даётся раствор глюкозы, который необходимо выпить в течении 3-5 минут полностью. После этого из вены берётся кровь ещё 2 раза - через час и через два часа.

Что важно знать про ГТТ?

- За день до теста **не рекомендуется кушать и пить позднее 20.00**. Так же не рекомендуется в этот день есть сладкое, а количество углеводов во время ужина не должно превышать 30-40 г. Почему это важно? Поздний приём углеводов может повлиять на результат утреннего анализа крови. Этот пункт можно отнести не только к ГТТ, а вообще к любому анализу крови, который сдают натощак.
- **ОЧЕНЬ ВАЖНО! С утра в день сдачи анализа крови не есть, не пить (даже воду!) и не чистить зубы с зубной пастой.**
- Если содержание глюкозы в крови натощак будет больше, чем 7,0 ммоль/л, ГТТ не проводится!
- Раствор глюкозы делается следующим образом: разводится 75 г глюкозы на стакан воды, а для того, чтобы было комфортнее его пить добавляется пару капель лимонного сока.
- Выпить раствор необходимо за 5 минут и весь до конца. По вкусу он не очень приятный, поэтому рекомендуется пить или небольшими глотками, или наоборот залпом - как вам будет легче. Так же лучше пить сидя, на тот случай если закружится голова или появится тошнота.
- **Важно! Если у вас была рвота после выпитого раствора, обязательно сообщите об этом акушерке на посту!**
- На протяжении 2 часов после приема раствора глюкозы все **ещё нельзя пить и есть**. Рекомендуется спокойно посидеть или полежать в палате. Сразу после взятия последнего анализа крови из вены вас покормят, однако рекомендуем взять с собой что-то из еды дополнительно.

После последнего анализа сразу можно будет есть и пить. В отделении вас покормят. Обработка и интерпретация анализов занимает некоторое время, поэтому выписка происходит не сразу после завершения теста, а **до 15:30**.

В норме натощак уровень глюкозы должен быть менее 5,1 ммоль/л, через час после принятия раствора глюкозы до 10,0 ммоль/л и через два часа до 8,5 ммоль/л. Если хоть один из показателей будет выше нормы, ставится диагноз - гестационный диабет. Женщина записывается для наблюдения к акушерке, которая занимается ГСД и назначается специальная диета. В дальнейшем, если соблюдение диеты не даёт ожидаемого результата, назначается медикаментозная терапия.