

فحص تشخيص السكري خلال الحمل

برنامج رعاية مرضى السكري في نوفا سكوشا

Also available in English: WK85-2299
Screening for Diabetes During Pregnancy



www.nshealth.ca

لَمَ يَتَوَجَّبُ عَلَيَّ إِجْرَاءُ الْفَحْصِ التَّشْخِصِيِّ لِلْسُكْرِيِّ خِلَالَ الْحَمْلِ؟

- إِنْ مَعْدَلَاتُ الْإِصَابَةِ بِالْسُكْرِيِّ مَرْتَفَعَةٌ فِي نَوْفَا سَكُوشَا.
- تَعَزَّزَ هَرْمُونَاتُ الْحَمْلِ مِنْ فُرْصِ إِصَابَتِكَ بِالْسُكْرِيِّ الْحَمْلِيِّ (السُّكْرِيِّ الَّذِي لَا يَظْهَرُ إِلَّا خِلَالَ الْحَمْلِ).
- مِنْ الْمُمْكِنِ أَنْ تَكُونِي مُصَابَةً بِالْسُكْرِيِّ الْخَفِيِّ (السُّكْرِيِّ غَيْرِ الْمَشْخُصِّ قَبْلَ الْحَمْلِ) مِنْ دُونِ أَنْ تَعْلَمِي ذَلِكَ. كَمَا أَنَّ هَرْمُونَاتَ الْحَمْلِ تَجْعَلُ مِنَ الصَّعْبِ مَعَالَجَةَ هَذَا النُّوعِ مِنَ السُّكْرِيِّ.
- إِنْ الْإِصَابَةُ بِالْسُكْرِيِّ خِلَالَ الْحَمْلِ تَعَرَّضُكَ وَتَعَرَّضُ طِفْلَكَ لِلكَثِيرِ مِنَ الْمَخَاطِرِ.
- يَسَاعِدُ الْكَشْفَ عَنِ السُّكْرِيِّ فِي وَقْتِ مَبْكَرٍ عَلَى التَّمَتُّعِ بِحَمْلٍ صَحِيٍّ وَالْحِفَافِ عَلَى سَلَامَةِ الْجَنِينِ. يَعْنِي ذَلِكَ اتِّخَاذَ خِيَارَاتٍ غِذَائِيَّةٍ صَحِيَّةٍ، ضَبْطَ مَسْتَوِيَّاتِ الْجُلُوكُوزِ فِي الدَّمِ، وَزِيَارَةَ الْفَرِيقِ الْمَعْنِيِّ بِخِدْمَاتِ الرِّعَايَةِ الصَّحِيَّةِ لِمَرْضَى السُّكْرِيِّ بِشَكْلِ مُنْتَضِمٍ.
- فِي حَالِ تَمَكُّنِكَ مِنْ مَعَالَجَةِ سُكْرِيِّ الْحَمْلِ بِشَكْلِ جَيِّدٍ، سَتَقْتَلِبِينَ مِنْ خَطَرِ الْإِصَابَةِ بِالْسُكْرِيِّ فِي مَرِحَلَةٍ لَاحِقَةٍ مِنْ حَيَاتِكَ.

متى يفترض بي أن أخضع للفحص التشخيصي؟

- من المفترض إجراء الفحص التشخيصي لدى الخضوع لأول فحص دم خلال الحمل، أو في وقت مبكر من الحمل.

ما هي الاختبارات التشخيصية المستخدمة في المراحل الأولى من الحمل؟

- ستخضعين لفحص دم يسمى **A1C** (اختبار الهيموغلوبين الغليكوزيلات).
 - يُضاف إلى ذلك فحص آخر، وهو تحليل سكر الدم البلازمي الصائم في حال كنت أكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكري (راجع القائمة أدناه)، أو تعانيين من أمراض الكلى، و/أو من حالة وراثية (متوارثة ضمن العائلة) تؤثر على الخلايا الحمراء في الدم (منها فقر الدم المنجلي أو التلاسيميا).

تكونين أكثر عرضة للإصابة بالسكري في حال:

- عانيت من مرحلة ما قبل السكري قبل أن تصبحي حاملاً
- أصبت بسكري الحمل أثناء حمل سابق
- تعانين من الحمل المتعدد (كالتوأم أو الثلاثي)
- يبلغ مؤشر كتلة الجسم لديك 40 أو أكثر
- تعانين من متلازمة المبيض المتعدد التكيسات
- تستخدمين الكورتيكوستيرويد (مثل البريدنيزون)
- تنتمين إلى الفئات السكانية الأكثر عرضة للإصابة (كالشعوب الأصلية، سكان نوبا سكوشا/ كندا ذوي الأصول الإفريقية، سكان جنوب آسيا أو ذوي الأصول الإسبانية).

ماذا سيحصل في حال جاءت نتائج الفحص التشخيصي المبكر طبيعية؟

عليك إجراء الفحص في مرحلة لاحقة من الحمل، خلال الأسبوع 24 - 28، بحيث يكون نوع الفحص مختلفاً. يخضع البعض لفحصين في يومين مختلفين. الفحص الأول هو اختبار تحدي الجلوكوز.

- سيطلب منك شرب سائل محلى يحتوي على 50 غرام من الجلوكوز، وتؤخذ عينة من دمك بعد مرور ساعة واحدة.
- يمكن إجراء هذا الاختبار في أي وقت من النهار.
- لا داعي للصيام من أجل إجراء هذا الاختبار. تناول طعامك بشكل منتظم، وواصل نشاطك وعاداتك البدنية المعتادة.
- في حال أظهرت نتيجة هذا الفحص ارتفاعاً بسيطاً مقارنة بالمعدلات الطبيعية، يحتاج البعض إلى إجراء اختبار آخر.

يُعرف الفحص الثاني باختبار تحمل الجلوكوز عن طريق الفم. يتم حجز موعد لإجراء هذا الفحص في يوم آخر.

- سيُطلب منك شرب سائل محلي يحتوي على 75 غرام من الجلوكوز، وتتؤخذ عينة من دمك 3 مرات خلال الاختبار: قبل شرب السائل، وبعد ساعة من شربه ومن ثم بعد ساعتين.

- يجب الصيام (الامتناع عن الأكل والشرب باستثناء القليل من الماء) مدة 8 إلى 10 ساعات قبل موعد الاختبار.

ما مدى أهمية هذين الاختبارين؟

- يظهر هذان الاختباران كيفية استخدام جسمك للجلوكوز (السكر) ومدى تأثير هرمونات الحمل على مستويات الجلوكوز في جسمك.

لا يترتب عن الخضوع لهذين الاختبارين أي مخاطر عليك أو على طفلك.

ماذا لو لم أخضع للفحص التشخيصي في مرحلة مبكرة من الحمل؟

- في حال عدم خضوعك للفحص التشخيصي في مرحلة مبكرة، عليك إجراء الفحص في الأسبوع 24 - 28 من الحمل بدءاً باختبار تحدي الجلوكوز. يتبع ذلك اختبار تحمل 75 غرام من الجلوكوز عن طريق الفم، عند الاقتضاء.

كيف يمكنني الاستعداد لاختبار تحمل 75 غرام من الجلوكوز عن طريق الفم؟

خلال الأيام القليلة التي تسبق الاختبار:

- لا تغيري عاداتك الغذائية (نوع الأطعمة التي تتناولينها ومواعيد تناول الطعام) لأن ذلك من شأنه تغيير نتائج الاختبار.
- في حال كنت مصابة بالزكام، أو الأنفلونزا أو أي مرض آخر، من الأفضل تغيير الموعد. حاولي أن تحجزي موعداً آخر بعد بضعة أيام فقط.

في اليوم المحدد لإجراء اختبار تحمل 75 غرام من

الجلوكوز عن طريق الفم:

- قبل 8 ساعات من الاختبار:
 - امتنعي عن الأكل، الشرب، التدخين، أو ممارسة التمارين. يمكنك الاكتفاء بشرب كميات صغيرة من الماء.
- أمامك 5 دقائق لشرب السائل المحلى.
- قد يستغرق الاختبار ما يصل إلى 3 ساعات.
- خلال الاختبار، سيطلب منك ما يلي:
 - الجلوس بهدوء طوال مدة الاختبار لأن الحركة من شأنها أن تغير النتائج.
 - عدم مغادرة منطقة المختبر خلال الاختبار.
 - عدم الأكل خلال الاختبار. يمكنك إحضار وجبة خفيفة لتناولها بعد الانتهاء من إجراء الاختبار.

- تؤخذ عينة من الدم قبل شرب السائل لتحديد معدل الجلوكوز في دمك على الريق. من الممكن ألا تضطري إلى شرب السائل لأن ذلك يتوقف على قيمة هذا المعدل.
 - تؤخذ عينة من الدم بعد مرور ساعة ومن ثم ساعتين بعد الانتهاء من شرب السائل المحلى.
- تذكري بأنه لا يمكن للعاملين المعنيين بجمع عينات الدم تزويدك بنتيجة الاختبار. سوف يستعرض مزود الرعاية الصحية الأولية النتائج معك.

كيف يتم ترتيب مواعيد فحوصات الدم؟

- سيتم تزويدك بطلب (استمارة تستخدم في المختبر) لتتمكني من حجز موعد للفحص التشخيصي بنفسك. سيزودك بهذا الطلب مقدم الرعاية الصحية (خلال الحمل) قبل الولادة.
- يمكن لعيادة طبيبك المعالج أن تحجز لك موعداً تبعاً لنوع الفحص وتوقيته.
- يتم إجراء الفحوصات التشخيصية في مختبر لجمع عينات الدم. راجعي المختبر المحلي لأن اختبار تحمّل الجلوكوز غير متوفر في كافة المختبرات.
- يمكن حجز الموعد عبر الأنترنت أو عبر الهاتف.
- احجزي مسبقاً مواعيدك. من المهم الخضوع لهذه الفحوصات في الوقت المناسب من الحمل.

إن المعلومات الواردة في هذه الوثيقة مخصصة لأهداف إعلامية وتثقيفية فقط. هذه المعلومات ليست معدة لتكون أو تقوم مقام الرعاية الصحية أو المشورة الطبية. إذا كانت لديك أي أسئلة، الرجاء الاتصال بمزود الرعاية الصحية الخاص بك.

تجد هذا الدليل الإرشادي وكافة موارد المرضى التي نوفرها هنا:

<https://library.nshealth.ca/Patients-Guides>

تواصل مع ممرضة مجازة بنوفا سكوشا في أي وقت، عبر الاتصال على الرقم 811 أو زيارة

<https://811.novascotia.ca>

من إعداد:

برنامج رعاية مرضى السكري في نوفا سكوشا

تصميم: خدمات مكتبة هيئة الصحة بنوفا سكوشا

تتم مراجعة المعلومات في هذا المنشور كل 3 سنوات أو كما تقتضيه الضرورة.

AR85-2369 © August 2022 Nova Scotia Health Authority

The information in this pamphlet is to be updated every 3 years or as needed.