



# Zwangerschapsdiabetes (interne geneeskunde)

---

Als je zwanger bent, maakt je lichaam andere hormonen (zwangerschapshormonen) aan. Die hormonen zorgen ervoor dat je lichaam tijdelijk minder gevoelig is voor insuline, het hormoon dat de bloedglucose regelt. Tijdens een normale zwangerschap maakt het lichaam als de gevoeligheid afneemt extra insuline aan om de bloedglucose goed op pijl te houden. Maar bij zwangerschapsdiabetes gebeurt dat onvoldoende. Daardoor blijft er te veel glucose in het bloed zitten.

## **Hoe werkt insuline**

Als je koolhydraten eet, zorgt de alveesklier dat er insuline in de bloedbaan komt. De insuline is de sleutel die ervoor zorgt dat de glucose vanuit de bloedbaan wordt opgenomen in de cellen.

## **Diagnose**

Met behulp van een orale glucose tolerantie test (OGTT) wordt de diagnose zwangerschapsdiabetes gesteld. We meten de bloedglucose als je nuchter bent (dus niks hebt gegeten en gedronken) en na het drinken van een “glucose-drankje” via bloedafname bij het lab. Als één of meer van deze metingen te hoog zijn dan krijg je de diagnose zwangerschapsdiabetes.

## **Behandeling**

Het is belangrijk zwangerschapsdiabetes op tijd te behandelen om de kans te verkleinen op een groot kind, op een lastige bevalling voor moeder en kind en op lage bloedglucoses bij het kind na de bevalling. Bovendien wordt het risico verkleind op het ontwikkelen van overgewicht van het kind op volwassen leeftijd.

De behandeling bestaat uit:

- Voedingsadvies van de diëtist (voor het spreiden van koolhydraten over de dag)
- Voldoende bewegen
- Zelf meten van de bloedglucose
- Indien nodig behandelen met medicatie (in principe insuline)

## **Thuis je bloedglucosewaarde meten**

Je bent zwanger en er is bij jou zwangerschapsdiabetes geconstateerd. Het is belangrijk dat je bloedglucosewaarde regelmatig wordt gecontroleerd. In de MijnSpaarneGasthuis app kun jij thuis je bloedglucosewaardes invullen. De diabetesverpleegkundige kan hiermee op afstand je bloedglucosewaardes bekijken en beoordelen.

### **Bloedglucosemeter**

De diabetesverpleegkundige maakt voor jou een koppeling aan. Hierdoor kun jij in de MijnSpaarneGasthuis app je bloedglucosewaardes invullen. Tijdens je eerste afspraak met de diabetesverpleegkundige krijg je een bloedglucosemeter mee naar huis met instructie hoe je deze moet gaan gebruiken. De bloedglucosemeter hoeft je niet in te leveren na je zwangerschap.

### **Wanneer meet je je bloedglucosewaarde**

- Bij de start meet je de eerste vijf dagen elke dag een glucosedagcurve, en wanneer het goed gaat meet je de glucosedagcurve twee dagen per week.
- Je bloedglucosewaarde meet je in de ochtend voordat je iets gegeten of gedronken hebt (nuchter) en een uur na het beëindigen van het ontbijt, een uur na het beëindigen van de lunch en een uur na het beëindigen van het avondeten.

### **Taken in de MijnSpaarneGasthuis app onder 'te doen'**

In de MijnSpaarneGasthuis app verschijnen onder 'te doen' taken/meldingen voor je (dit kan alleen in de app, niet op de website).

Taken/meldingen die je aangeboden kunt krijgen zijn:

- Bloedglucosewaardes invullen
- Melding dat je contact op moet nemen met de diabetesverpleegkundige bij afwijkingen
- Informatie

Wanneer uit de metingen blijkt dat de waardes te vaak te hoog zijn, krijgt de diabetesverpleegkundige hier een melding van.

## **Vragen en telefoonnummers**

Neem contact op met een van de diabetesverpleegkundigen: (023) 224 0999, ma t/m vr 8:30-12:30 uur en 14:00-16:00 uur

## Waar zijn we te vinden?

### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)