

Magdalena

W jakich granicach cukier powinna mieć ciężarna?

Normy są różne w zależności od tego czy jesteś na czczo, czy po posiłku. Zależy też od trymestru. Najlepiej samemu nie decydować czy jest ok, tylko skonsultować się z lekarzem diabetologiem

Magdalena

Czy to prawda, że najbardziej tyje się w 8-9 miesiącu?

Generalnie porównywanie w 2 i 3 trymestrze.

Dominika

W którym tygodniu należy wykonać krzywą cukrową ?

24-28

Magdalena

Jak sobie radzić z pokusą na słodkie rzeczy?

Sprawdzić czego faktycznie szukasz, zazwyczaj zaspokajamy emocje. I zaspokoić je faktycznie.

Magdalena

Czy ciężarna może mieć problem z cukrem i tarczycą jednocześnie?

Oczywiście to wszystko hormony, które w ciąży są zaburzone przez inne

Justyna

A co jeśli jest odwrotnie? Zamiast hiperglikemii i IO przed ciążą teraz mam wyjściowo glukozę delikatnie poniżej dolnej granicy, po godzinie 111, no i do trzeciego pobrania niestety nie dojrzałam. Za to obciążenie robione w 14tc wyniki miało idealne.

Trudno doradzać bez pełnego wywiadu. Ale wahania i inne działanie w ciąży jest jak najbardziej naturalne. Bo hormony zaczynają wpływać na siebie nawzajem. Najlepiej pozostać pod opieką diabetologa i do niego wrócić.

Iwona

Czy jeśli przed ciążą miałam stwierdzoną lekką insulinooporność, ale w ciąży przy badaniu wyniki wyszły mi już w normie to już ten stan nie wróci? Co robić?

Ciąża to inny czas. A ochrona przed insulinoopornością to tak jak mówiła właściwe żywienie i ruch, by glukoza naturalnie była wykorzystywana i nie było zbyt wysokich stężeń

Magdalena

Czy w cukrzycy ciążowej można jeść ciemny chleb który jest słodki w smaku?

Sprawdź skład – skoro smak słodki mogą być dodatki np. karmelu do zabarwienia koloru chleba. Ciemny chleb nie zawsze oznacza zdrowy

Dominika

Czy produkty z wysokim indeksem glikemicznym przyczyniają się do powstania cukrzycy w ciąży ?

Zdecydowanie mają wpływ na ten problem.

Sylwia

Czy przy cukrzycy ciążowej można jeść jabłka?

Oczywiście, że można. Jednak każdy owoc powinien być w ograniczonej ilości. Dlatego jedno jest ok, a dwa? Różnie sama w pomiarach zobaczysz jak to jest u Ciebie

Dorota

Czy to co jem ma wpływ na twardy brzuch? Czy to w ogóle inny problem?

Może, ale potrzebna jest szersza rozmowa.

Dominika

Czy cukrzyca ciążowa może być rozpoznana w każdym tygodniu ciąży ?

Może być rozpoznana wcześniej, ale patrząc na czas jej występowania w różnych tygodniach ciąży zakres 24-28 jest najpewniejszy by zbyt często nie powtarzać tego badania. Samo badanie jest obciążeniem dla organizmu. I jeśli wcześniej nie chorowałaś w tym kierunku nie ma wskazań by robić częściej. Chyba, że Twoje samopoczucie jest poza normą i są inne wskazania.

Magdalena

Jakich owoców nie należy spożywać przy cukrzycy ciążowej?

Z wysokim Indeksie Glikemicznym. Specjalnie nie wymieniam byś sobie pobrała tabelkę i mogła na bieżąco zerknąć. Bo to nie tylko owoce ale zdecydowanie więcej produktów nawet pochodzących z owoców. Na bank suszone!

Magdalena

Czy jeżeli mam cukry w normie po zjedzeniu ciastka i diabetolog pozwala raz na jakiś czas na taką przyjemność, to czy może to również mieć negatywny wpływ na dzieci (bliźniaki)?

Jeśli po zjedzeniu masz wszystko w normie i jesz rzadko – to Twoje ciało super sobie radzi pomimo ciąży bliźniaczej. Jedz wciąż badając a jeśli zauważysz, że zaczynają być poza normą wtedy odstaw. Zawsze obserwujemy siebie i zalecenia bierzemy przez swój pryzmat.