

Diabetesconventie

# Wat na zwangerschapsdiabetes?





Beste,

Tijdens de zwangerschap werd je gevolgd door ons diabetesteam omwille van **zwangerschapsdiabetes**. Ook na de bevalling is het belangrijk om de suikers verder op te volgen.

De dagen na de bevalling worden nog enkele suikermetingen gedaan op de dienst materniteit om na te kijken of de suikers zich opnieuw stabiliseren.

Zes weken na de bevalling raden we je eveneens aan om een suikerbelastingstest of OGTT (orale glucose tolerantietest) te laten uitvoeren.

## Waarom een suikerbelastingstest?

Studies hebben aangetoond dat 1 vrouw op 2 in de jaren volgend op de diagnose van zwangerschapsdiabetes **blijvend type 2 diabetes mellitus kan ontwikkelen**. Door het uitvoeren van deze test kunnen we nagaan of de diabetes na de zwangerschap al dan niet volledig verdwenen is.

## Wanneer dient de test te worden afgenomen?

De test wordt afgenomen 6 tot 8 weken na de bevalling. Indien je borstvoeding geeft, dient de test te gebeuren een 6-tal weken na het volledig stoppen van de borstvoeding.

Let wel: borstvoeding blijft een meerwaarde bij de voeding van jouw baby, daarom is de noodzaak tot het uitvoeren van deze OGTT geen reden om te stoppen met borstvoeding! Borstvoeding heeft bovendien immers een positief effect op de stabilisatie van de suikerwaarden.

## Hoe verloopt de test?

- Je komt nuchter binnen voor een eerste bloedafname in het labo van het ziekenhuis. Dit wil zeggen dat je geen drank (koffie, frisdrank, alcohol) of eten meer mag nuttigen de avond voor de test vanaf 24.00u (water drinken kan wel). Ook roken is niet toegestaan vanaf de avond voordien.
- Daarna drink je een speciale suikerhoudende drank.
- Er gebeurt een tweede bloedafname 1 uur na het innemen van de drank en een derde bloedafname 2 uur na het innemen van de drank.

## Wat gebeurt er met de resultaten van de test?

De resultaten van de test worden automatisch doorgestuurd naar jouw huisarts. Indien nodig zal hij/zij deze met jou bespreken. Indien je dit wenst kan je ook een afspraak maken bij de diabetoloog.

## Extra aanbevelingen

We raden jou aan om jaarlijks nuchter jouw bloed te laten nemen bij je huisarts, zo kunnen licht verhoogde suikerwaarden tijdig worden opgespoord en aangepakt. Via Zoet Zwanger krijg je jaarlijks een brief toegestuurd ter herinnering. Meer informatie vind je op [www.zoetzwanger.be](http://www.zoetzwanger.be).

- Eet zo veel mogelijk gezonde voeding in jouw dagelijkse leven.
- Plan voldoende beweging in.
- Streef naar een gezond lichaamsgewicht.

Deze tips zijn niet alleen positief voor het voorkomen van type 2 diabetes, ze hebben ook een positieve impact op jouw algemeen welbevinden!

# Heb je nog vragen?

Je kan steeds bij ons terecht; wij zijn er immers om jou te helpen!

## **Diabeteszorg AZ Rivierenland campus Rumst**

tel: 03 880 96 91

fax: 03 880 96 85

e-mail: [diabeteszorg.rumst@azr.be](mailto:diabeteszorg.rumst@azr.be) of  
[diabetessecretariaat.rumst@azr.be](mailto:diabetessecretariaat.rumst@azr.be)

## **CAMPUS RUMST**

's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

03 880 90 11 (algemeen)

03 880 91 90 (afspraken)

### **ref.: 50120848**

versie: 04/08/2019

foto's & illustraties: Adobe stock, Shutterstock

eigenaar: Reinhilde Segers, referentieverpleegkundige diabetes

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke