

Vorwort

**Liebe Leserin,
lieber Leser!**

Der Schutz des ungeborenen Lebens hat immer einen besonderen Stellenwert.

Dies gilt ebenso für Sie als werdende Mutter und werdenden Vater als auch für alle an der Betreuung von schwangeren Frauen beteiligten Berufsgruppen.

Da bei Ihnen ein Schwangerschaftsdiabetes festgestellt wurde, benötigen Sie besondere Aufmerksamkeit, denn eine diabetische Stoffwechsellage kann für Mutter und Kind mit Risiken verbunden sein, ohne dass Symptome oder Beschwerden verspürt werden.

Lassen Sie sich in einer Diabetes-Schwerpunkteinrichtung betreuen, die erfahren ist in der Behandlung schwangerer Frauen. Dort werden Sie zu allen wichtigen Punkten ausführlich geschult und somit in die Lage versetzt, selbst bestimmte Behandlungsschritte aktiv umzusetzen.

Bei den Schulungen werden Sie in die Blutzuckerselbstkontrolle eingewiesen und erhalten ausführliche Informationen zur allgemeinen Lebensführung während der diabetischen Schwangerschaft und der Nachsorge, zur Ernährungsumstellung sowie, wenn nötig, zur Insulintherapie.

Durch die Behandlung des Schwangerschaftsdiabetes sollte Ihre Lebensqualität und die Freude auf Ihr Kind möglichst wenig eingeschränkt werden. Sorgen und Ängste um Ihre und die Gesundheit Ihres Kindes sollten vermieden oder durch individuelle, aufklärende Beratungsgespräche abgebaut werden.

Sprechen Sie mit Ihrem Diabetes-Team darüber, wenn neben dem Schwangerschaftsdiabetes andere psychosoziale Belastungen beste-

hen. Jede Schwangerschaft, jede Geburt und jedes Wochenbett wird ganz individuell und sehr unterschiedlich erlebt. Hierbei bilden Einflüsse wie das familiäre, soziale und berufliche Umfeld, die kulturelle Zugehörigkeit, das Alter der Schwangeren sowie eigene Kindheits-erlebnisse die Hintergründe des persönlichen Erlebens.

Das psychische Befinden kann Einfluss auf den Blutzuckerlauf haben. Deshalb ist es von Vorteil, wenn Sie Sorgen und Ängste in der Diabetesberatung ansprechen.

Dieser Ratgeber soll Sie zur gut informierten, kompetenten und selbstbewussten Gesprächspartnerin gegenüber den Personen machen, die Sie während Ihrer Schwangerschaft betreuen.

Der Ratgeber orientiert sich an den aktuellen Leitlinien folgender wissenschaftlicher, medizinischer Fachgesellschaften:

- Deutsche Diabetes-Gesellschaft (DDG)
- Arbeitsgemeinschaft für materno-fetale Medizin (AGMFM)
- Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (DGGG)
- Deutsche Gesellschaft für Perinatale Medizin
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)

Er dient als Ergänzung und ersetzt nicht die persönliche Beratung und Schulung bei Ihrer/Ihrem Ärztin/Arzt bzw. Ihrem/Ihrer Diabetesberater/-in!