

Bạn đang nghĩ về việc có em bé?

Bạn có biết rằng một số phụ nữ có nguy cơ bị bệnh tiểu đường trong thời kỳ mang thai (có thai) cao hơn không?



Trước khi bạn bắt đầu muốn có con:

- 1 Hãy nhờ bác sĩ kiểm tra sức khỏe
- 2 Hãy đặt mục tiêu để có cân nặng khỏe mạnh
- 3 Hãy ăn uống điều độ và hoạt động mỗi ngày

Chăm sóc bệnh tiểu đường thai kỳ **TRONG THỜI KỲ MANG THAI** và giữ sức khỏe **SAU KHI MANG THAI** có thể giúp giảm nguy cơ của các vấn đề về sức khỏe của mẹ và em bé.

Tiểu đường trong thời kỳ mang thai (có thai)

Tiểu đường trong thời kỳ mang thai là một loại bệnh tiểu đường xảy ra trong thời kỳ mang thai và thường khỏi sau khi sinh.

Bạn có thể có nhiều nguy cơ hơn nếu bạn:

- Trên phạm vi cân nặng khỏe mạnh
- Đã từng sinh con lớn hơn 4,5kg
- Đã được cho biết rằng mình có mức đường huyết cao
- Có tiền sử gia đình bị bệnh tiểu đường loại 2
- Từ 40 tuổi trở lên

Đã từng mang thai?

Điều quan trọng là phải đến gặp bác sĩ hoặc chuyên gia y tế **SỚM** khi mang thai để kiểm tra và đánh giá kế hoạch mang thai của bạn.

Đã từng bị bệnh tiểu đường?

Nhiều phụ nữ bị bệnh tiểu đường loại 1 hoặc loại 2 sinh con khỏe mạnh, nhưng bạn cần chú ý chăm sóc về bệnh tiểu đường trước, trong và sau khi mang thai.

Hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc chuyên viên giáo dục về tiểu đường của bạn trước khi bạn bắt đầu muốn có con.

Thông tin và Hỗ trợ

Có sẵn thông tin và hỗ trợ để giúp bạn - hãy nói chuyện với bác sĩ và chuyên gia sức khỏe tại địa phương về tiểu đường, như Hộ sinh, Y tá.

Hoặc truy cập các trang mạng này để biết thêm thông tin:

ndss.com.au/languages
diabetesnsw.com.au
pregnancyanddiabetes.com.au

Gọi TIS (Dịch vụ Thông Phiên dịch) theo số **131450** và yêu cầu thông dịch viên gọi đến Chương trình Dịch vụ Tiểu đường Toàn quốc (National Diabetes Services Scheme) **1800 637 700**

