



Flere gravide med diabetes

Antallet kvinner som utvikler diabetes før de blir gravide har doblet seg. Hovedårsaken er økt forekomst av overvekt og fedme.

I løpet av seks år har antallet kvinner som utvikler diabetes før graviditet doblet seg, viser en undersøkelse ved Kaiser Permanente.

Stigende diabetes

I tidligere undersøkt har man først og fremst kartlagt kvinner med svangerskapsdiabetes - en mild form for diabetes som oppstår under graviditeten og som vanligvis forsvinner etter fødselen.

Kaiser Permanente-studien er den største og mest omfattende undersøkelsen som har sett på kvinner som har utviklet diabetes type 1 eller 2 *før* svangerskapet. Denne formen for diabetes innebærer en større helserisiko enn svangerskapsdiabetes.

Data fra over 175 000 tenåringsjenter og kvinner er inkludert i studien. Alle fødte barn i perioden 1999-2005.

Det viste seg at dobbelt så mange jenter/kvinner hadde diabetes i 2005 sammenlignet med 1999. I løpet av denne seksårsperioden har det også vært:

- en femdobling av diabetes blant 13-19-årige jenter/kvinner
- en dobling av diabetes blant kvinner i 20-39-årsalderen

- en 40 prosent økning av diabetes blant kvinner som er 40 år eller eldre

I likhet med tidligere studier fant man at kvinner med afrikansk, spansk eller asiatisk avstamning, eller bakgrunn fra Stillehavsoyene var mer utsatt for diabetes enn hvite.

Komplikasjoner

Helserisikoen for mor og barn er større for kvinner som har fått diabetes før svangerskapet enn under (svangerskapsdiabetes).

Åtte prosent av alle gravide får svangerskapsdiabetes. Graviditeten fører til at mor utvikler insulinresistans, vanligvis i det andre trimesteret, og får økende blodsukkernivåer i blodet.

Svangerskapsdiabetes er forbundet med:

- større fostre
- overvekt i barneårene
- økt risiko for diabetes type 2 hos mor

Kvinner som har fått diabetes før svangerskapet er mer utsatt for:

- abort
- dødfødsel
- å få barn født med misdannelser

Det er det høye blodsukkeret under det kritiske første trimesteret, når fosterets organer er under utvikling, som forårsaker komplikasjonene.

Forebygging

Det finnes foreløpig ingen kjente metoder som kan forhindre diabetes type 1.

Diabetes type 2 er derimot en såkalt "livsstilsykdom". Det betyr at du effektivt kan redusere risikoen for denne sykdomsformen ved:

- å ha et sunt og variert kosthold
- å være i regelmessig fysisk aktivitet
- å opprettholde en sunn kroppsvekt

Ved diabetes type 2 spiller også medfødte arvelige egenskaper en viktig rolle.

Les mer i artikkelen: [Forebygg diabetes](#).

Forskerne ved Kaiser Permanente gir følgende råd til jenter og kvinner med diabetes som planlegger å bli gravide:

- Få blodsukkeret under kontroll i samarbeid med helsepersonell.
- Prøv å gå ned et par kilo før svangerskapet.

Kilde: Diabetes Care 2008