

妊娠合并糖尿病管理

李秋敏 著



澳門科學出版社
Macao Scientific Publishers

书名：妊娠合并糖尿病管理

著者：李秋敏

出版：澳門科學出版社

地址：澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座

印刷公司：翰林科技技术出版（澳门）有限公司

出版日期：2024 年 9 月

版次：2024 年 9 月第一次印刷

发行数量：3,000 册

开本：787mm×1092mm 1/16

印张：10.25

字数：246 000

ISBN 978-99981-25-95-7

CIP 序列号：2024091307

作者简介



李秋敏

女，本科学历，陕西省人民医院产科主治医师。从事产科临床一线工作 16 余年，擅长围产期保健、妊娠并发症、合并症，产科危重症的抢救以及产科常见病及多发病诊断及治疗有丰富的经验。

学术团体任职：陕西省性学会胎儿医学会委员；陕西省母婴心理服务常委会委员；陕西省国促会妇产科专业委员会委员；陕西省保健学会委员；陕西省妇幼健康发展专业委员会委员陕西省妇幼保健与优生优育协会委员；陕西省性学会遗传及出生缺陷防控专业委员会委员。在临床工作期间发表国家级学术论文 6 篇。

前言

这是一本科普类书籍，专为孕妇及其家庭设计，旨在提供关于妊娠合并糖尿病的全面指导。书中从基础知识、诊断筛查、日常管理到产前护理、分娩及产后管理，全面介绍了妊娠合并糖尿病各个方面。

本书以通俗易懂的语言解释了妊娠合并糖尿病的定义、风险因素和发病机制，帮助读者了解这一常见问题。书中提供了科学的筛查与诊断方法，指导孕妇如何通过合理的饮食、运动和药物管理来控制血糖水平，并确保在分娩及产后阶段的健康管理。

此外，本书还强调了预防和教育的重要性，涵盖了如何通过健康生活方式和社区支持来降低糖尿病风险。通过丰富的实用建议和专业指导，本书致力于帮助孕妇有效应对妊娠合并糖尿病，保障母婴健康。

目 录

第一篇 妊娠合并糖尿病的基础知识	1
第一章 什么是妊娠合并糖尿病	1
第一节 妊娠合并糖尿病定义与分类	1
第二节 妊娠合并糖尿病常见误区	3
第二章 妊娠合并糖尿病的风险因素	7
第一节 妊娠合并糖尿病的遗传因素	7
第二节 妊娠合并糖尿病的生活方式与饮食习惯	9
第三节 妊娠合并糖尿病的高危因素	12
第三章 妊娠合并糖尿病的发病机制	21
第一节 妊娠合并糖尿病中的胰岛素抵抗	21
第二节 妊娠合并糖尿病中的代谢紊乱	23
第二篇 妊娠合并糖尿病的诊断与筛查	26
第一章 什么时候进行糖尿病筛查	26
第一节 糖尿病筛查时间	26
第二节 糖尿病筛查适宜人群	28
第二章 糖耐量试验（OGTT）是什么	31
第一节 OGTT 测试过程	31
第二节 OGTT 测试结果解读	33
第三章 如何确诊妊娠合并糖尿病	36
第一节 妊娠合并糖尿病诊断标准	36
第二节 妊娠合并糖尿病的进一步检查	38
第三篇 妊娠合并糖尿病的日常管理	43
第一章 饮食管理	43
第一节 妊娠合并糖尿病的营养需求	43
第二节 妊娠合并糖尿病的饮食禁忌	46
第二章 运动管理	51
第一节 妊娠合并糖尿病安全的运动方式	51
第二节 妊娠合并糖尿病运动的频率与强度	54
第三章 妊娠合并糖尿病药物治疗	57
第一节 妊娠合并糖尿病常见药物	57
第二节 妊娠合并糖尿病药物使用注意事项	59
第四篇 妊娠合并糖尿病的产前护理	63
第一章 定期产检的重要性	63
第一节 妊娠合并糖尿病的产检项目	63
第二节 妊娠合并糖尿病的胎儿监测	67
第二章 孕期常见并发症的预防	74
第一节 妊娠合并糖尿病的高血压并发症	74
第二节 妊娠合并糖尿病引发的早产	80
第三节 巨大儿	87
第四节 胎儿生长受限	91

第五节	流产和早产	94
第六节	羊水过多	98
第七节	妊娠合并糖尿病的孕妇并发症	101
第八节	妊娠合并糖尿病的新生儿并发症	104
第三章	心理健康与支持	110
第一节	妊娠合并糖尿病孕妇的心理调适	110
第二节	妊娠合并糖尿病的家庭支持	111
第五篇	分娩与产后管理	114
第一章	分娩方式的选择	114
第一节	妊娠合并糖尿病孕妇自然分娩与剖宫产	114
第二节	妊娠合并糖尿病孕妇分娩过程中血糖控制	116
第二章	产后血糖管理	119
第一节	妊娠合并糖尿病的血糖监测	119
第二节	妊娠合并糖尿病的饮食与运动	121
第三章	新生儿护理	125
第一节	新生儿低血糖的预防	125
第二节	新生儿健康监测	128
第六篇	妊娠合并糖尿病的预防与教育	133
第一章	如何预防妊娠合并糖尿病	133
第一节	妊娠合并糖尿病的健康饮食	133
第二节	妊娠合并糖尿病的适量运动	136
第二章	孕期糖尿病的科普教育	139
第一节	孕期糖尿病的社区教育	139
第二节	孕期糖尿病的医院宣教	143
第三章	个人与家庭的健康管理	148
第一节	孕期糖尿病患者的自我管理	148
第二节	孕期糖尿病患者家庭成员的支持与参与	151
参考文献		153

第一篇 妊娠合并糖尿病的基础知识

第一章 什么是妊娠合并糖尿病

第一节 妊娠合并糖尿病定义与分类

一、定义详解

妊娠合并糖尿病是指在妊娠期间首次发现或发生的糖代谢异常。这包括两种情况，一种是在妊娠前已经患有糖尿病但未被诊断，在妊娠期间被发现；另一种是在妊娠期间新发生的糖代谢异常。

妊娠期间，女性的身体会经历一系列生理变化，包括激素水平的显著改变、体重增加、代谢需求增加等。这些变化可能会影响胰岛素的作用和糖代谢的平衡。

正常情况下，胰岛素能够帮助细胞摄取和利用葡萄糖，从而维持血糖在正常范围内。然而，在妊娠期间，胎盘会分泌一些激素，如孕激素、雌激素、胎盘生乳素等，这些激素可能会导致胰岛素抵抗，使得胰岛素的作用效果减弱。如果孕妇的胰岛功能不能相应地增加胰岛素的分泌来克服这种抵抗，就可能导致血糖升高，从而发生妊娠合并糖尿病。

对于妊娠合并糖尿病的诊断，通常依据特定的血糖检测指标。一般在妊娠 24~28 周进行口服葡萄糖耐量试验（OGTT）。如果空腹血糖、服糖后 1 小时血糖、服糖后 2 小时血糖中的任何一项达到或超过诊断标准，即可诊断为妊娠合并糖尿病。

需要注意的是，妊娠合并糖尿病不仅对孕妇自身的健康有影响，还可能对胎儿的生长发育造成潜在威胁。孕妇可能面临妊娠期高血压疾病、感染、羊水过多等并发症的风险增加。而胎儿可能出现巨大儿、胎儿生长受限、早产、胎儿畸形等问题。

例如，一位孕妇在妊娠前身体健康，未发现有血糖异常。但在妊娠 26 周进行常规产检时，通过 OGTT 检测发现空腹血糖为 5.8mmol/L（正常应小于 5.1mmol/L），服糖后 1 小时血糖为 10.5mmol/L（正常应小于 10.0mmol/L），服糖后 2 小时血糖为 9.2mmol/L（正常应小于 8.5mmol/L），最终被诊断为妊娠合并糖尿病。这一诊断结果让孕妇感到震惊和担忧，同时也促使她积极配合医生进行治疗和管理，以保障自身和胎儿的健康。

二、分类依据

2019

历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases

· 粤港澳大湾区 · 发展规划纲要

解读2019年新发布《粤港澳大湾区发展规划纲要》

★★★★

大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地。**

It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.

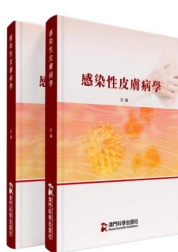


全球发行 · Publishing worldwide



由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.



- 呼吸系統基本基礎與臨床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 臨床腫瘤護理學 Clinical oncology nursing
- 感染性皮膚病學 Infectious dermatology
- 內分泌系統疾病 Endocrine system disease



- 實用小兒內科學 Practical pediatric internal medicine
- 消化系統疾病診療學 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 現代中醫診斷學 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮膚修復與再生 Skin repair and regeneration

出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售纸质印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.



填写信息
Information Filling



签订合同
Contract Signing



支付费用
Payment



提交书稿
Submitting



内容校对
Proofreading
内容排版
Content Layout
封面设计
Cover Design



申请书号
ISBN Apply



印刷出版
Printing



馆藏存档
Archives



上架发行
Publication

澳门科学出版社 MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，
打造国际性的科学技术交流平台”

正规国际出版，首选澳科出版

- 学术著作/个人作品 - 优质
- 中华“强国文化”输出战略 - 翻译后国际出版
- 数字教材 - 教材出书 & 数字化媒体上线

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

澳门总部

电话：0853-62961666（澳门）

邮件：book@mospbs.com

地址：中国澳门南湾大马路恒昌大厦F座11楼

网址：www.mospbs.com（英文）| moaj.mospbs.com（中文）

特别提醒：MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，
若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。