



## DIP—项目

糖尿病医生协会-意大利糖尿病学协会怀孕课题工作组

伦巴第大区

血糖监测

# 妊娠糖尿病





# DIP—项目



伦巴第大区

糖尿病医生协会-意大利糖尿病学协会怀孕课题工作组

## 血糖监测

### 妊娠糖尿病：如何监测孕期血糖？

对于妊娠糖尿病患者来说，监测血糖（即血液中的糖分）非常重要，这有助于了解您正在遵循的饮食或治疗是否合适。

血糖的监控很重要，可以帮助我们了解我们所吃的食物是否正确，这有助于更好地应对妊娠糖尿病，使生活更轻松，减少误食不当食物产生的焦虑！



此外，血糖监测是治疗妊娠糖尿病的重要支柱，不仅有助于自己，也有助于我们的糖尿病治疗团队。



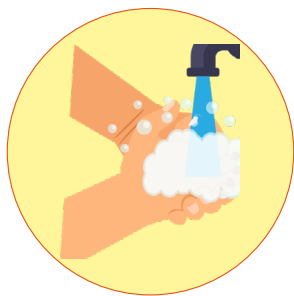
第一次前往糖尿病中心就诊时，医护人员将会为您提供一个仪器（血糖检测仪），用于测量血糖。

这个仪器只需通过在指尖刺破后使用一滴极小的血液来运行。



## 如何才能进行正确的自我监测？

要回答这个问题，只需严格地按照下面的说明操作即可：



用温水或热水和肥皂洗手，然后擦干净，不需要使用消毒剂。



将试纸插入血糖仪并将其打开。



取下穿刺器，将其垂直于指尖。选取指尖的侧面区域，因为它不太敏感，引起的疼痛也较少。

不要用过大的力量按压用于采血的指头根部，轻轻按压即可，只需要很少的血液。

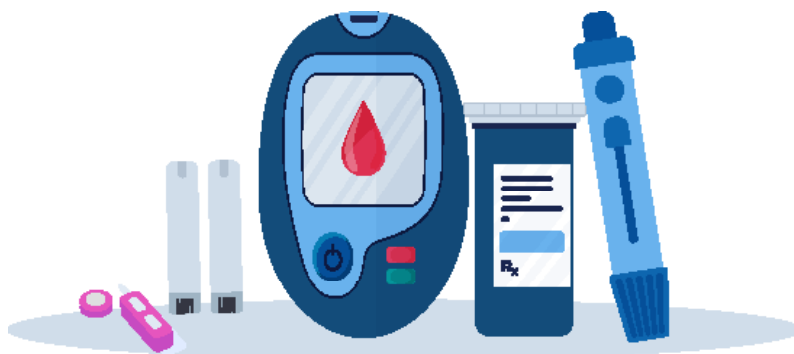


将从血糖仪伸出的试纸靠近正在抽取的血滴。

将血糖仪放在平坦的表面上，几秒钟后，您就可以在屏幕上看到血糖值。



请您小心使用并妥善保管检测仪器和进行血糖检测所需的所有材料，避免弄脏它们，并妥善保存试纸，这将确保您始终可以获得可靠的血糖值。



## 需要扎多少次手指？

这完全取决于治疗的类型。

如果只建议进行饮食治疗，那么按照所谓的棋盘模式，每天检测两次血糖就足够了：

每天需要检查的时间不同：

- 一天早餐检测
- 一天午餐检测
- 一天晚餐检测



在怀孕期间，应在进餐前和进餐后 1 小时后立即测量血糖。

## 自我血糖监测的目标是什么？

- 空腹血糖小于或等于 90 毫克/分升
- 餐后一小时血糖小于或等于 130 毫克/分升
- 餐后 2 小时血糖小于或等于 120 毫克/分升



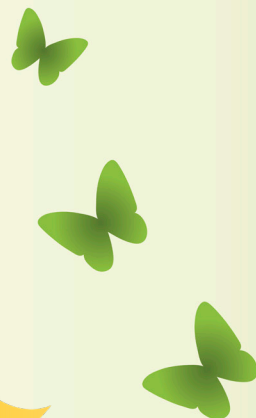
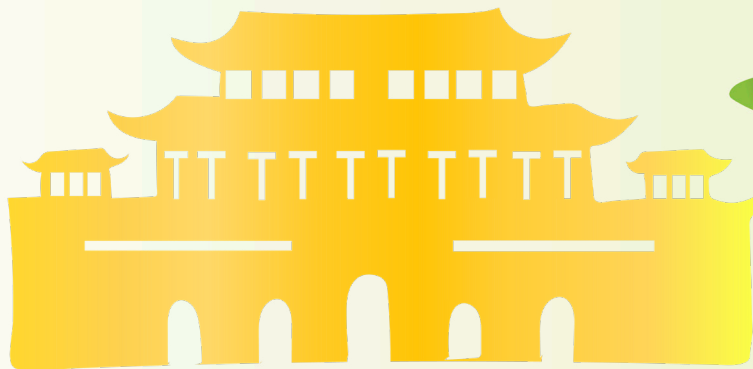
第一次到糖尿病中心就诊后，将在两周内给您安排一次新的检查，如果在注意饮食的情况下，血糖水平仍未达到规定的范围，将建议开始使用胰岛素治疗。



如果建议使用胰岛素治疗，血糖将需要更频繁地在餐前和餐后1小时内检测，具体方案将由医疗团队共同制定。







Gruppo di Lavoro AMD - SID  
"Regione Lombardia"

Coordinatore: **Alessandra Ciucci**

Componenti:

- **Barbara Agosti**
- **Valeria Guazzoni**
- **Elisabetta Lovati**
- **Paola Morpurgo**
- **Cristina Romano**
- **Silvia Severgnini**

Traduzione in Lingua Cinese a cura di: **Lara Spinetti**

Realizzazione  
Progettuale Grafica



A cura di  
**Federico Paoli**