Gefährlicher Zucker für Schwangere

OSPIDAL
CENTER DA SANDÀ ENGIADINA BASSA
GESUNDHEITSZENTRUM UNTERENGADIN

Schwangerschaftsdiabetes gehört zu den häufigsten Komplikationen während der Schwangerschaft. Dr. med. Klaus Baumgartner führt deswegen bei jeder schwangeren Frau einen Glukosetoleranztest durch.

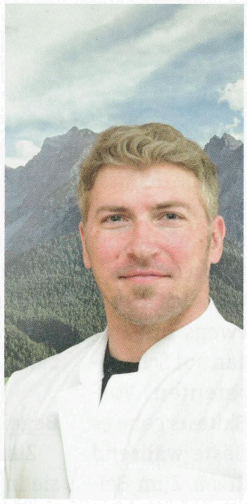
Schwangerschaftsdiabetes tritt bei 10 bis 15 Prozent aller Schwangerschaften auf. Dr. med. Klaus Baumgartner, Leitender Arzt für Gynäkologie & Geburtshilfe am Ospidal, ist überzeugt: Würden wir uns wie unsere Grosseltern in ihrer Jugend ernähren, wäre das Problem nicht so verbreitet. «Diabetes ist ganz stark zunehmend, weil in sehr vielen Nahrungsmitteln heute zu viel Zucker enthalten ist.», sagt der Gynäkologe. Ob Wasser mit Geschmack, Ketchup oder Joghurt, alles ist mit viel Zucker angereichert. Schwangerschafts- oder Gestationsdiabetes ist an erhöhten Blutzuckerwerten erkennbar. Diabetes entsteht, wenn der Körper nicht in der Lage ist, ausreichend Insulin zu produzieren. Das Hormon wird in der Bauchspeicheldrüse gebildet und reguliert den Zuckerhaushalt im Körper. Der Blutzucker dient dem Körper als Energie. Während der Schwangerschaft gibt es Hormonveränderungen. Diese führen zu einem erhöhten Insulinbedarf bei der werdenden Mutter. Produziert die Bauchspeicheldrüse nicht ausreichend Insulin, steigt der Blutzucker an und es kommt zum Schwangerschaftsdiabetes.

FÜNF KILO SCHWERE BABYS

Schwangerschaftsdiabetes wird oftmals nicht sofort erkannt, da die werdende Mutter in den meisten Fällen keine Beschwerden hat. Ein unbehandelter Schwangerschaftsdiabetes kann aber gravierende Auswirkungen auf das Kind haben. Bei einem erhöhten Blutzuckerspiegel der Mutter gelangt der Zucker durch die Plazenta zum Fötus. Dieser reagiert darauf mit einer gesteigerten eigenen Insulinproduktion. Dadurch wird das Wachstum und ein vermehrter Fettaufbau angeregt, was zu übergrossen und schweren Babys führt. «Die Kinder können über fünf Kilo schwer werden, der Zucker kann bereits in dieser frühen Phase unbemerkt die Gefässe und die Nerven schädigen.», erklärt Baumgartner. Es kann während der Schwangerschaft zu Organreifungsstörungen, zu Geburtskomplikationen und einer Unterzuckerung nach der Abnabelung führen. «Durch die Plazentainsuffizienz kann eine unbehandelte Schwangerschaftsdiabetes für das Kind tödlich enden.», warnt der Gynäkologe. Die Mutter wiederum kann eine Schwangerschaftsvergiftung mit hohem Blutdruck, Ödemen und sogar Multiorganversagen erleiden.

GESUNDE ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG

«Lange Zeit wurden erhöhte Blutzuckerwerte bei werdenden Müttern nicht so ernst genommen, inzwischen sind die Gynäkologen alarmiert.», sagt Baumgartner. Schwangerschaftsdiabetes könne jede Frau treffen. Bei Übergewicht, Alter über 30 oder Diabetes in der Familie herrscht zwar ein erhöhtes Risiko, aber auch eine sportliche, junge Frau kann die Krankheit treffen. Deswegen wird zwischen der 24. und 28. Schwangerschaftswoche bei jeder schwangeren Frau ein Glukosetoleranztest durchgeführt. Dabei wird der Blutzucker



Dr. med. Klaus Baumgartner ist seit 2020 als Leitender Arzt Gynäkologie und Geburtshilfe am Ospidal tätig

im Blut der Mutter getestet, nachdem diese eine Glukoselösung (75 Gramm) auf nüchternen Magen eingenommen hat. Wird Schwangerschaftsdiabetes festgestellt, ist eine Ernährungsumstellung unabdingbar und die Blutwerte werden regelmässig gemessen. Auch mehr Bewegung verordnet der Arzt. «In den meisten Fällen lässt sich die Erkrankung damit gut behandeln.», sagt der Gynäkologe. Wenn aber eine angepasste Ernährung und Bewegung keine Wirkung zeigen, muss Insulin gespritzt werden. Immerhin, eine gute Nachricht hat Baumgartner: Der Schwangerschaftsdiabetes verschwindet normalerweise schon kurz nachdem die Plazenta ausgestossen wird.