planeando para un

embarazo saludable

Planeando un Embarazo Saludable con Diabetes: De más cerca

¿Necesito ver a un doctor si tengo diabetes y estoy planeando un embarazo?

Si, es muy importante y se recomienda que tengas cuidado de salud antes de tu embarazo. Cerca de dos terceras partes de embarazos en mujeres con diabetes no son planeados, llevando a un número grande en nacimientos de infantes con defectos de madres con diabetes. Una evaluación de tu proveedor médico en referencia a tu control de glucosa, otros problemas de salud, medicamentos y necesidades educacionales deben ser hechas y puede que necesites cambios en el tratamiento.

¿Podría yo tener problemas y mi bebé si salgo embarazada?

Si tienes diabetes tipo 1 ó 2, es importante que tengas cuidado médico antes de salir embarazada para minimizar riesgos de problemas durante tu embarazo y para que tengas un bebé saludable. Si tu glucosa está fuera de control antes de salir embarazada, hay un gran riesgo de que tu bebé nazca con defectos. Si tienes cualquier problema de salud relacionado con tu diabetes como daño los nervios, enfermedad del riñón ó de los ojos, hay ciertos riesgos asociados con el embarazo. Glucosa elevada puede aumentar tu riesgo de un aborto no provocado. Es importante que tengas cuidado de salud regular cuando planees un embarazo y mantegas tu glucosa bajo control.

¿Qué debo hacer para asegurarme que si salgo embarazada mi bebé será saludable?

El planear con anticipación para tu embarazo aumenta tu oportunidad de tener un embarazo y bebé saludable. Algunas de las cosas que necesitar hacer antes de tu embarazo son: mantén tu glucosa bien controlada, incluyendo un nivel de A1c lo más cerca posible de lo normal (<7%) de acuerdo a la Asociación Americana de la Diabetes.

Además, aprende todo lo que puedas acerca del manejo de la diabetes día a día. Visita tu proveedor médico de manera regular, para ser evaluado y tratado de ser necesario, de cualquier problema de salud como resultado de tu diabetes, como los ojos ó enfermedad de los riñones. Usa contraceptivos efectivos hasta que estés segura que la glucosa está bien controlada. Sigue un plan de alimentos saludable y visita un dietista registrado si necesitas ayuda con esto y manténte activa.

TIPS

El ser madre e s una decisión muy grande y una que exige compromiso y plan. El mantenerte en forma para tu embarazo puede darte algunos retos, pero te proveerá con la mejor oportunidad para disfrutar un embarazo y bebé saludable.

A proud sponsor of the
American Diabetes Association.
Cure • Care • Commitment

Notas 2

Liberty
We Deliver Better Health

P.O. Box 20005
Fort Pierce, FL 34979-0005

Entrega conveniente al hogar de tus Suministros dePruebas de Diabetes, Medicamentos Recetados, Pruebas de A1c, Pruebas de CPAP y Suministros de Ostomía e Incontinencia.

Llama al número gratuito de Liberty 1.800.353.0206 para aprender más de nuestros servicios.

Para más información visita www.libertymedical.com

© 2008 Liberty Medical Supply, Inc.

A proud sponsor of the
American Diabetes Association.
Cure • Care • Commitment