

## PENJAGAAN SELEPAS BERSALIN

### Puan perlu:

- Mengamalkan kaedah perancang keluarga yang efektif
- Menyusu bayi dengan susu ibu
- Melakukan ujian darah (MGTT) 6 minggu selepas bersalin
- Mengamalkan pemakanan yang seimbang
- Mematuhi temujanji dan rawatan yang telah ditetapkan
- Meneruskan suntikan insulin jika perlu



**KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA**

[www.myhealth.gov.my](http://www.myhealth.gov.my)  
<http://fh.moh.gov.my>  
[www.infosihat.gov.my](http://www.infosihat.gov.my)

KKM/150,000/BM/2011



# DIABETES

## Ketahui Risikonya Semasa Hamil

## APAKAH DIABETES?


Diabetes adalah keadaan di mana badan tidak dapat mengawal kandungan glukos dalam darah.

### Apakah Jenis Diabetes?

- Diabetes Jenis 1
- Diabetes Jenis 2
- Gestational Diabetes (Diabetes semasa hamil)

### SIAPA YANG BERISIKO MENDAPAT DIABETES?

- Terdapat kandungan gula dalam air kencing semasa pemeriksaan kehamilan
- Berlebihan berat badan
- Mempunyai ibubapa yang menghidap diabetes
- Pernah melahirkan bayi yang mempunyai berat lahir melebihi 4kg
- Berumur melebihi 35 tahun
- Pernah mengalami keguguran berturut-turut, kematian bayi dalam kandungan atau semasa lahir dan bayi cacat
- Pernah menghidap diabetes semasa kehamilan lalu
- mengalami penyakit seperti hipertensi dan polyhydramnios (air mentuban berlebihan) pada kandungan ini
- Pernah hamil bayi lebih besar dari usia kehamilan



**SEMUA IBU HAMIL AKAN MENJALANI UJIAN DARAH (MGTT) SEKIRANYA MEMPUNYAI SALAH SATU ATAU LEBIH FAKTOR RISIKO.**

**Apakah Tanda Diabetes Semasa Hamil?**

Tiada tanda diabetes pada peringkat awal kehamilan. Walau bagaimanapun, semua ibu hamil yang mempunyai faktor risiko akan menjalani ujian darah (MGTT) untuk mengesahkan penyakit diabetes.

## APAKAH KESAN DIABETES KEPADA IBU DAN BAYI JIKA TIDAK DIRAWAT?

### Kesan kepada ibu:

- Hyper/hypoglycaemia (kandungan glukos yang berlebihan atau berkurangan dalam darah)
- Jangkitan kuman di vagina yang kerap
- Keguguran
- Polihydramnios (air mentuban berlebihan)
- Preeklampsia (hipertensi teruk)
- Komplikasi diabetes seperti retinopati dan kegagalan buah pinggang

### Kesan kepada bayi:

- Berat bayi melebihi daripada 4kg
- Mati dalam kandungan (IUD)
- Hypoglycaemia (kurang glukos dalam darah)
- Lemas semasa lahir
- Kecederaan pada saraf di bahagian bahu

## APA YANG PERLU DILAKUKAN?

Jika puan menghidap diabetes sebelum hamil, puan perlu:

- Dapatkan kaunseling pra kehamilan. Berbincanglah dengan anggota kesihatan untuk merancang kehamilan
- Mengawal dan memastikan glukos dalam darah berada pada tahap normal
- Memberitahu doktor dengan segera jika hamil dan mendapat pemeriksaan awal kehamilan

### Semasa hamil, puan perlu:

- Mendapat jagaan kehamilan yang rapi oleh anggota kesihatan
- Mematuhi temujanji dan rawatan yang telah ditetapkan
- Amalkan kebersihan diri
- Ambil pemakanan yang disarankan untuk pesakit diabetes
- Pemeriksaan paras glukos berkala di rumah

**PUAN PERLU BERSALIN DI HOSPITAL**