



Für ein gutes Ankommen...

Mein Tagebuch

Diabetes und Schwangerschaft

Persönliche Angaben

Name

Wohnort

Telefon

Ihre Diabetologische Schwerpunktpraxis

Ihre Diabetesberaterin

Ihr(e) betreuende(r) Arzt/Ärztin

Dieses Tagebuch dient der Dokumentation und dem Austausch von Informationen. Es soll Sie bis zum Ende der Schwangerschaft begleiten. Bewahren Sie das Tagebuch in Ihrem Mutterpass auf und bringen Sie es zu jedem Termin mit.





Liebe werdende Mutter!

Sie haben die mögliche Diagnose – Diabetes in der Schwangerschaft gerade erfahren und suchen jetzt nach Antworten auf viele Fragen und Hilfe. Wir sind für Sie da!

Wir werden Ihnen helfen, eine wertvolle Zeit zu erleben – auch mit der Diagnose eines Diabetes in der Schwangerschaft.

Wir finden gemeinsam Lösungen, wie sich ein neues Ernährungskonzept, regelmäßige Bewegung, eine eventuelle Insulintherapie mit Ihren Lebensgewohnheiten und der Schwangerschaft vereinbaren lassen.

Wir als Diabetesteam sind mit ihrem jetzigen “Zustand” vertraut und bieten Ihnen Zeit und Raum, Fragen zu beantworten.

**Es ist ein Wunder, sagt das Herz.
Es ist viel Sorge, sagt die Angst.
Es ist viel Verantwortung, sagt der Verstand.
Es ist das größte Glück auf Erden, sagt die Liebe!**

Für die Gesundheit Ihres Kindes & für Sie sind Blutzucker-Messungen unerlässlich!

*Vorher immer Hände waschen!
Ergebnisse im Tagebuch dokumentieren!*

Es gibt folgende Empfehlungen:

4 Punkte Profil

- Nüchtern vor dem Frühstück
- 2h nach dem Frühstück
- 2h nach dem Mittagessen
- 2h nach dem Abendbrot

6 Punkte Profil

- Nüchtern vor dem Frühstück
- 2h nach dem Frühstück
- Vor und 2h nach dem Mittagessen
- Vor und 2h nach dem Abendbrot

Rotationsprofil

- 1.Tag (z. B. Mo) nüchtern vor dem Frühstück
- 2.Tag (z. B. Di) 2h nach dem Frühstück
- 3.Tag 2h nach dem Mittagessen
- 4.Tag 2h nach dem Abendbrot
5. Tag wie Tag 1 usw.





Essen während der Schwangerschaft heißt nicht doppelt so viel zu essen, sondern das Richtige zu essen...

Eine ausführliche Ernährungsberatung erhalten Sie in den einzelnen Terminen. **Bitte erfassen Sie Ihre Werte:**

Mein Gewicht vor der Schwangerschaft

Größe

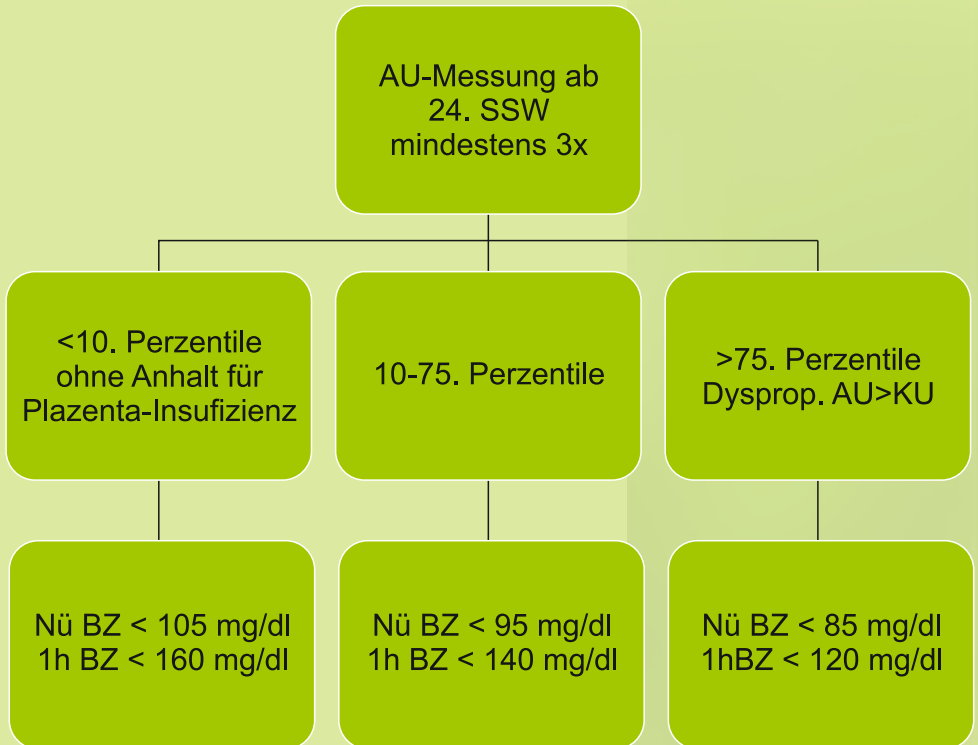
Errechneter BMI

Mein Gewicht bei Diagnose GDM



Info: GDM = Gestationsdiabetes/Schwangerschaftsdiabetes

Therapieziele nach fetalem Ultraschall



Hierfür benötigen wir die Mithilfe Ihrer betreuenden gynäkologischen Praxis:

Bewertung der Biometrie (Zutreffendes bitte ankreuzen)

[illegible]



**Mama... bitte Messungen eintragen!
Für Dich und für mich!**

Damit es eines der schönsten Geschenke bleibt



Bitte nutzen Sie die folgenden Seiten >>>

Der nächste Termin

Datum	Uhrzeit

**Wir freuen uns
Ihnen helfen zu dürfen!**



Nicht vergessen!

Ihr Termin nach der Entbindung

ist der



Jetzt bin ich da!





Innere Medizin · Gastroenterologie · Diabetologie
Hämatologie · Onkologie

Sie finden uns im Ärztehaus St. Josef

Friedenstraße 14 - 97421 Schweinfurt
Telefon 0 97 21 / 70 15 - 0

