

# DYABÈT JESTASYONÈL



The City of Worcester

Department of Health and Human Services  
Division of Public Health

## Kisa li ye?

Yon kalite dyabèt ki devlope pandan gwosès

## Faktè risk yo:

- Antesedan dyabèt nan fanmi w
- Si w fè dyabèt jestasyonèl deja pandan yon lòt gwosès
- Si w gwo / peze twòp anvan gwosès ou
- Si w gen 35 an oswa plis

## Konsèy pou ede w jere kondisyon sa a:

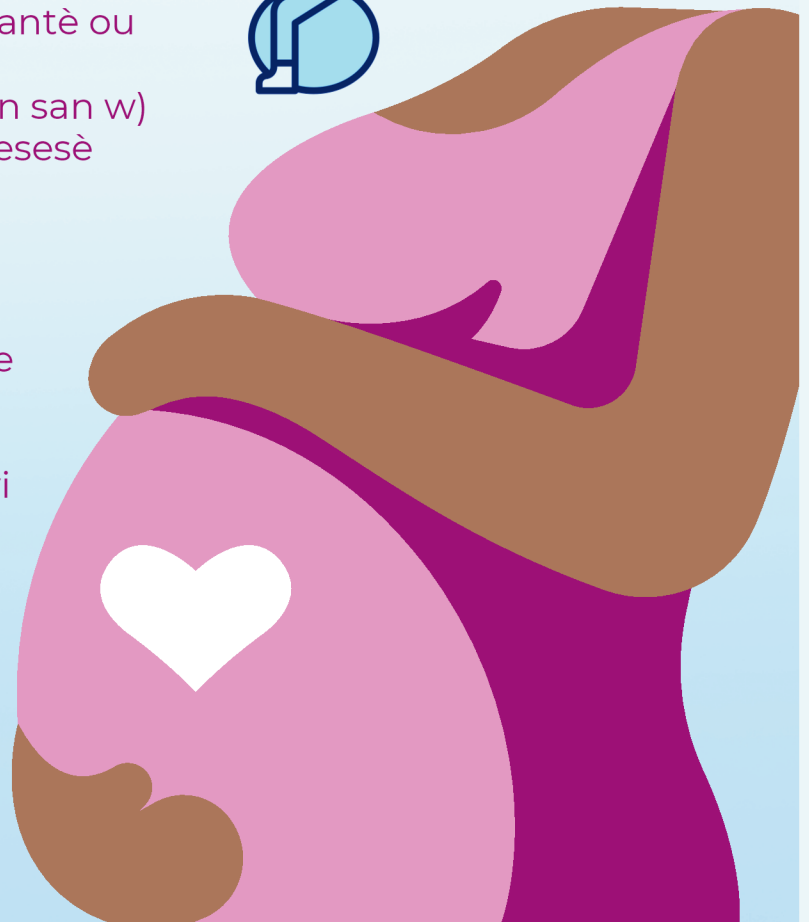
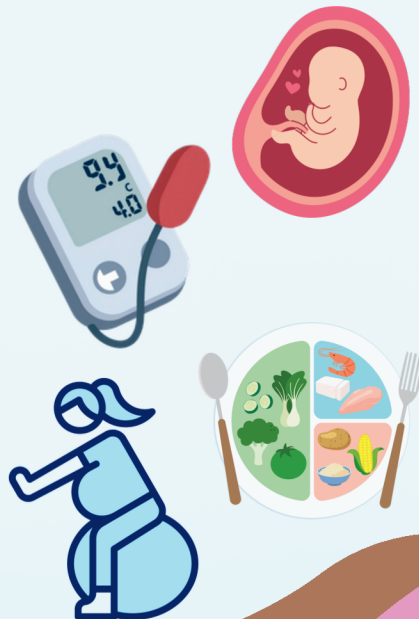
- Veye kantite glisid (sik) ou konsome nan rejim alimantè ou
- Fè egzèsis regilyèman
- Kontwòle nivo sik ou (nan san w)
- Pran medikaman si se nesesè

## Pataje dyagnostik ou a ak doktè w la:

Dyabèt jestasyonèl ogmante risk pou w fè dyabèt tip 2 pi devan nan lavi w, kidonk li enpòtan anpil pou w fè swivi regilyèman ak doktè w la!

Vizite  
[CDC.com](https://www.cdc.com)  
pou plis  
enfòmasyon  
sou dyabèt  
jestasyonèl

→



# SANTE KÈ PANDAN GWOSÈS

## Poukisa li enpòtan:

Gwosès mete plis estrès sou kè w ak vesò sangèn w yo. Lè w pran swen kè w, sa a ede w pwoteje tèt ou ak tibebe w la.



## Konnen siy alèt yo:

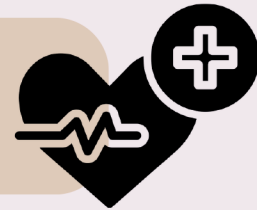
Kontakte doktè w touswit si ou genyen:

- Doule oswa presyon nan lestomak ou
- Souf kout (espesyalman pandan w ap repoze kò w)
- Batman kè rapid oswa iregilye
- Si figi w oswa men w anfle (toudenkou oswa si l vin grav anpil)
- Maltèt grav oswa chanjman vizyon
- Si w santi w vètij (tèt ou ap vire) oswa si w vin fèb



## Maladi komen ki gen rapò ak kè a:

- Tansyon ak **Pre-eklanpsi**
- Tansyon jestasyonèl
- Kadyomyopati peripatèm (li ra men li grav)



## Kijan pou pwoteje kè w:

- Ale nan tout konsiltasyon prenatal ou yo
- Kontwòle tansyon w regilyèman
- Rete aktif
- Manje yon rejim alimantè ki bon jan ekilibre epi ki pwoteje sante kè w
- Rete idrate
- Jere nivo estrès ou epi repoze w ak dòmi ase
- Evite fimèn, bwè alkòl ak pran dwòg

## Faktè risk yo:

- Si w fè tansyon oswa dyabèt deja
- Si w gen yon antesedan maladi kadyak
- Si w ansent kounyeya ak marasa, triple oswa plis
- Si w gen plis pase 35 ane



Vizite [CDC.com](https://www.cdc.com)  
pou plis  
enfòmasyon sou  
tansyon pandan  
gwosès →



The City of Worcester

Department of Health and Human Services  
Division of Public Health