

Työohje: Raskausdiabeteksen seuranta ja ohjaus synnytyksen jälkeen

Vastuualue: Vastaanottopalvelut

Erikoisala/Palvelualue/Yksikkö: Neuvolatoiminta

Hyväksyjä: Anita Lindevall, Ulla Korhonen

Laatija: Johanna Nevalainen

Hyväksytty: 30.5.2023, päivitetty viimeksi 29.8.2024

Voimassa: toistaiseksi

Sisällys

LÄÄKEHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS	2
Terveystoimittajan kotikäynti tai vastaanotto 1.–7. vuorokauden kuluttua kotiutuksesta	2
Synnytyksen jälkitarkastus 5–12 viikon kuluttua synnytyksestä	3
ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS	4
Terveystoimittajan kotikäynti tai vastaanotto 1.–7. vuorokauden kuluttua kotiutuksesta	4
Synnytyksen jälkitarkastus 5–12 viikon kuluttua synnytyksestä	4
LÄÄKE- JA ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS	5
Kontrolli äitiysneuvolan terveystoimittajan vastaanotolla 6kk kuluttua synnytyksestä (yksilöllisen arvion perusteella)	5
Kontrolli äitiysneuvolan terveystoimittajan vastaanotolla vuoden kuluttua synnytyksestä	6
Kontrolli kahden vuoden kuluttua synnytyksestä ja sen jälkeen	7

LÄÄKEHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Terveydenhoitajan kotikäynti tai vastaanotto 1.–7. vuorokauden kuluttua kotiutuksesta</p> <p>Ajanvaraus kotikäynti 180 min. tai vastaanottokäynti 90 min.</p> <p>Lisätoimenpide:</p> <p>OAB36 Liikunnan puhekeskiötto</p> <p>OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta.</p> <p>Tue terveellisten elämäntapojen noudattamisessa.</p> <p>Arvioi yksilöllinen veren glukoosipitoisuuden omaseurannan tarve ja ohjaa omaseurannan jatko.</p> <p>Ohjaa asiakasta käymään glukoosirasituskokeessa ennen synnytyksen jälkitarkastusta. Glukoosirasituskoe voidaan ottaa aikaisintaan kuuden viikon kuluttua synnytyksestä.</p> <p>Varmista laboratoriolähetteen voimassaolo ja kertaa ajanvaraus- sekä näytteenotto-ohjeet.</p> <p>Varmista, että pysyvä Raskausdiabetes-diagnoosi on kirjattu potilastietojärjestelmään myöhemmän riskiarvion ja seurannan huomioimiseksi.</p>	<p><i>Glukoosipitoisuuden viiterajat omaseurannassa: paastoarvo 4-6mmol/l ja 2 h aterian jälkeen alle 8,9mmol/l.</i></p> <p>Pt-Gluk-R1 (1483)</p>

LÄÄKEHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Synnytyksen jälkitarkastus 5–12 viikon kuluttua synnytyksestä</p> <p>Ajanvaraus terveydenhoitajalle 90 min. tai terveydenhoitaja ja lääkäri 30 min. + 30 min.</p> <p>Lisätoimenpide:</p> <p>OAB36 Liikunnan puheeksiotto</p> <p>OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta. Tue terveellisten elintapojen noudattamisessa.</p> <p>Informoi kohonneesta sairastumisriskistä mm. diabetekseen sekä raskausdiabeteksen uusiutumisen ehkäisemisestä.</p> <p>Tue raskausdiabeteksen jatkoseurantaan sitoutumisessa.</p> <p>Arvioi tarve 6kk kontrolliin. Muutoin seuraava kontrolli on vuoden kuluttua synnytyksestä äitiysneuvolan terveydenhoitajan vastaanotolla.</p> <p>Laadi laboratoriolähetteet vuoden kuluttua synnytyksestä otettavia laboratorionkokeita varten ja kertaa laboratorion ajanvaraus- sekä näytteenotto-ohjeet.</p> <p>Kerro mahdollisuudesta yhteydenottopyyntöön gdm-terveydenhoitajalle verkkoajanvarauksen kautta (Toimipaikka: Perhekeskus Joensuu).</p> <p>Ohjaa asiakasta ottamaan yhteyttä äitiysneuvolan terveydenhoitajaan tai neuvolapalveluiden puhelinpalveluun vastaanottoajan varaamiseksi, kun synnytyksestä on kulunut vuosi aikaa.</p>	<p><i>Glukoosipitoisuuden viiterajat:</i> <i>paastoarvo alle 6,1 mmol/l ja 2 h arvo alle 7,8 mmol/l.</i></p> <p><i>Glukoosipitoisuuden viiterajat omaseurannassa:</i> <i>paastoarvo 4-6mmol/l ja 2 h aterian jälkeen alle 8,9mmol/l.</i></p> <p>Pituus, paino ja BMI <i>BMI:n viiteraja 18,5–25 kg/m²</i></p> <p>Verenpaine <i>Vastaanotolla mitatun verenpaineen viiteraja elintapahoito huomioiden alle 140/90mmHg, kotiseurantatason viiteraja alle 135/85mmHg.</i></p> <p>Pt-Gluk-R1 (1483) tai B-HbA1c (6128) ja fP-Gluk (1468), fP-Kol (4515), fP-Kol-HDL (4516), fP-Kol-LDL (4599), fP-Trigly (4568)</p>

ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Terveydenhoitajan kotikäynti tai vastaanotto 1.–7. vuorokauden kuluttua kotiutuksesta</p> <p>Ajanvaraus kotikäynti 180 min. tai vastaanottokäynti 90 min.</p> <p>Lisätoimenpide: OAB36 Liikuntaan liittyvä neuvonta ja ohjaus OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta. Tue terveellisten elämäntapojen noudattamisessa.</p> <p>Varmista, että pysyvä Raskausdiabetes-diagnoosi on kirjattu potilastietojärjestelmään myöhemmän riskiarvion ja seurannan huomioimiseksi.</p>	
<p>Synnytyksen jälkitarkastus 5–12 viikon kuluttua synnytyksestä</p> <p>Ajanvaraus terveydenhoitajalle 90 min. tai terveydenhoitaja ja lääkäri 30 min. + 30 min.</p> <p>Lisätoimenpide: OAB36 Liikunnan puhekesiötto OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta. Tue terveellisten elintapojen noudattamisessa.</p> <p>Informoi kohonneesta sairastumisriskistä mm. diabetekseen sekä raskausdiabeteksen uusiutumisen ehkäisemisestä. Tue raskausdiabeteksen jatkoseurantaan sitoutumisessa.</p> <p>Arvioi tarve 6kk kontrolliin (ensisijainen lääkehoitoa saaneille raskausdiabeetikoille). Muutoin seuraava kontrolli on vuoden kuluttua synnytyksestä äitiysneuvolan terveydenhoitajan vastaanotolla.</p> <p>Laadi laboratoriolähetteet vuoden kuluttua synnytyksestä otettavia laboratorioskokeita varten ja kertaan laboratorion ajanvaraus- sekä näytteenotto-ohjeet. Kerro mahdollisuudesta yhteydenottopyyntöön gdm-terveydenhoitajalle verkkoajanvarauksen kautta (Toimipaikka: Perhekeskus Joensuu).</p> <p>Ohjaa asiakasta ottamaan yhteyttä äitiysneuvolan terveydenhoitajaan tai neuvolapalveluiden puhelinpalveluun vastaanottoajan varaamiseksi, kun synnytyksestä on kulunut vuosi aikaa.</p>	<p>Pituus, paino ja BMI <i>BMI:n viiteraja 18,5–25 kg/m²</i></p> <p>Verenpaine <i>Vastaanotolla mitatun verenpainetason viiteraja elintapahoito huomioiden alle 140/90mmHg, kotiseurantatason viiteraja alle 135/85mmHg.</i></p> <p>Pt-Gluk-R1 (1483) tai B-HbA1c (6128) ja fP-Gluk (1468), fP-Kol (4515), fP-Kol-HDL (4516), fP-Kol-LDL (4599), fP-Trigly (4568)</p>

LÄÄKE- JA ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Kontrolli äitiysneuvolan terveydenhoitajan vastaanotolla 6kk kuluttua synnytyksestä (yksilöllisen arvion perusteella)</p> <p>Ajanvaraus terveydenhoitajalle 60 min.</p> <p>Kirjaa HOI-PTH-lehdelle</p> <p>Palvelumuoto: T24 Muut neuvolat</p> <p>Käyntisyys/dg/ICPC: W85 Raskausdiabetes</p> <p>Päätoimenpide: OAA41 Yksilöllisen tarpeen mukainen terveystarkastus</p> <p>Lisätoimenpide: OAB36 Liikunnan puhekesiotto OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Vastaanotto äitiysneuvolan terveydenhoitajalle tai gdm-terveydenhoitajalle etävastaanottona.</p> <p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta. Tue terveellisten elintapojen noudattamisessa.</p> <p>Arvioi veren glukoosipitoisuuden omaseurannan tulokset ja jatkoseurannan tarve. Ohjaa omaseurannan jatko.</p> <p>Tue raskausdiabeteksen jatkoseurantaan sitoutumisessa.</p> <p>Ohjaa jatkoseuranta: Seuraava kontrolli on 6kk:n kuluttua. Soitto laboratoriotutkimuksissa käynnin jälkeen äitiysneuvolan terveydenhoitajalle tai neuvolan puhelinpalveluun, josta ajanvaraus äitiysneuvolan terveydenhoitajalle.</p> <p>Asiakas saa tekstiviestimistutuksen seurantaan kuuluvista laboratoriotutkimuksista vuoden kuluttua synnytyksestä. Tarkasta tekstiviestilupa.</p> <p>Kerro mahdollisuudesta yhteydenottopyyntöön gdm-terveydenhoitajalle verkkoajanvarauksen kautta (Toimipaikka: Perhekeskus Joensuu).</p>	<p>Pituus, paino ja BMI <i>BMI:n viiteraja 18,5–25 kg/m²</i></p> <p>Verenpaine <i>Vastaanotolla mitattu verenpainetaso elintapaohje huomioiden alle 140/90mmHg, kotiseurantataso alle 135/85mmHg. Glukoosipitoisuuden viiterajat omaseurannassa: paastoarvo 4-6mmol/l ja 2 h aterian jälkeen alle 8,9mmol/l.</i></p>

LÄÄKE- JA ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Kontrolli äitiysneuvolan terveydenhoitajan vastaanotolla vuoden kuluttua synnytyksestä</p> <p>Ajanvaraus terveydenhoitajalle 60 min.</p> <p>Kirjaa HOI-PTH-lehdelle</p> <p>Palvelumuoto: T24 Muut neuvolat</p> <p>Käyntisy/dg/ICPC: W85 Raskausdiabetes</p> <p>Päätoimenpide: OAA41 Yksilöllisen tarpeen mukainen terveystarkastus</p> <p>Lisätoimenpide: OAB36 Liikunnan puhekesiotto OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus</p>	<p>Kun asiakas ottaa yhteyttä, varaa hänelle vastaanottoaika äitiysneuvolan terveydenhoitajalle.</p> <p>Arvioi laboratoriotulokset.</p> <p>Jos glukoosikokeen tulokset ovat normaalit, seurantaväli on kolme vuotta.</p> <p>Jos glukoosikokeen tuloksen perusteella todetaan kohonnut paastoarvo (IFG) ja/tai heikentynyt glukoosinsieto (IGT) seurantaväli on yksi vuosi.</p> <p>Arvioi yksilöllisesti sopiva seurantaväli ja seurannan kesto diabeteksen riskitekijät huomioiden.</p> <p>Kartoita terveydentila ja arjen sujuminen.</p> <p>Kartoita terveystottumukset ja anna elintapaohjausta. Tue terveellisten elintapojen noudattamisessa.</p> <p>Informoi kohonneesta sairastumisriskistä mm. diabetekseen sekä raskausdiabeteksen uusiutumisen ehkäisystä.</p> <p>Tue raskausdiabeteksen jatkoseurantaan sitoutumisessa.</p> <p>Ohjaa jatkoseuranta: Kerro ajankohtaisista vertaistukimahdollisuuksista ja Diabetesliiton verkkokursseista.</p> <p>Informoi jatkoseurannan siirtymisestä terveysaseman diabeteshoitajalle. Ohjaa asiakasta soittamaan terveysaseman puhelinpalveluun, kun seuraavat seurantakokeet ovat ajankohtaiset.</p> <p>Halutessaan asiakas voi hakeutua myös työterveydenhuollon seurantaan.</p>	<p><i>Glukoosipitoisuuden viiterajat:</i> paastoarvo alle 6,1 mmol/l, 2 h arvo alle 7,8 mmol/l, HbA1c alle 48mmol/mol.</p> <p><i>Lipidipitoisuuden viiterajat: LDL-kolesteroli alle 3mmol/l, triglyseridipitoisuus alle 1,7mmol/l, HDL-kolesterolipitoisuus yli 1,2mmol/l</i></p> <p>Pituus, paino ja BMI BMI:n viiteraja 18,5–25 kg/m²</p> <p>Vyötärönympäryys Viiteraja alle 80 cm</p> <p>Verenpaine Vastaanotolla mitatun verenpaineen viiteraja elintapaohje huomioiden alle 140/90mmHg, kotiseurantatason viiteraja alle 135/85mmHg.</p>

LÄÄKE- JA ELINTAPAHOITOISEN RASKAUSDIABETEKSEN SYNNYTYKSEN JÄLKEINEN SEURANTA JA OHJAUS

AJANKOHTA	KÄYNNIN SISÄLTÖ JA TERVEYSNEUVONTA	TUTKIMUKSET JA VIITERAJAT
<p>Kontrolli kahden vuoden kuluttua synnytyksestä ja sen jälkeen</p> <p>Ajanvaraus diabeteshoitajalle 75 min</p>	<p>Asiakas ottaa yhteyttä terveysaseman puhelinpalveluun tai työterveydenhuoltoon. Laadi laboratoriolähetteet seurantakokeita varten ja varaa vastaanottoaika terveysaseman diabeteshoitajalle. Ohjaa asiakasta käymään laboratoriokokeissa ennen vastaanottoaika.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Jos glukoosirasituskokeen tulos on normaali, seurantaväli on kolme vuotta.</p> </div>	<p>Pt-Gluk-R1 (1483) tai B-HbA1c (6128) ja fP-Gluk (1468), fP-Kol (4515), fP-Kol-HDL (4516), fP-Kol-LDL (4599), fP-Trigly (4568), P-ALAT (1024)</p> <p><i>Glukoosipitoisuuden viiterajat: paastoarvo alle 6,1 mmol/l, 2 h arvo alle 7,8 mmol/l, HbA1c alle 48mmol/mol.</i></p>