

❌ دیابت چیست؟

❌ دیابت یک اختلال در سوخت و ساز (متابولیسم) بدن است که در آن یا انسولین به میزان کافی در بدن وجود ندارد و یا انسولین قادر نیست تا وظایف خود را به درستی انجام دهد و در نتیجه به علت وجود مقاومت در برابر آن، قند خون بالا میرود.

❌ انسولین هورمونی است که توسط سلولهای «بتا» واقع در پانکراس ترشح میشود و وظیفه ی اصلی آن کاهش قند خون است.

❌ دیابت نوعی بیماری غیرواگیردار مزمن میباشد که هنوز درمان قطعی برای آن پیدا نشده است؛ حتی روشهای جدیدی مثل پیوند سلولهای بتا به افراد مبتلا به دیابت نوع 1 نیز برای بعضی افراد مناسب نیست و مشکلات خاص خود را دارد. **با این وجود رعایت اصول اولیه آن کمک میکند که بتوان بیماری را کنترل کرد و کنترل مناسب قند خون سبب کنترل و پیشگیری از عوارض خطرناک آن میشود.**

انواع دیابت

❌ دیابت نوع 1:

✓ این نوع دیابت در اثر تخریب سلولهای پانکراس به وجود می آید. شیوع آن بیشتر در جوانان و نوجوانان میباشد و جهت درمان نیاز به مصرف انسولین دارد.



❌ دیابت نوع 2:

✓ در این نوع دیابت، مسأله کمبود انسولین خیلی مطرح نیست، بلکه بدن به دلایلی قادر به استفاده از انسولین نمیباشد. شیوع آن بیشتر در بزرگسالان میباشد.

✓ این گروه از بیماران جهت درمان نیاز به مصرف قرصهای خوراکی دارند. البته در برخی مواقع جهت کنترل قند نیاز به مصرف انسولین می باشد.

❌ دیابت حاملگی:

✓ که فقط منحصر به زمان بارداری است. البته این گروه از خانمها مستعد ابتلا به دیابت تیپ 2 در آینده می باشند.

علائم اولیه دیابت چیست؟

✓ **دیابت نوع 1** معمولاً شروع پر سروصدایی

دارد و با **علائمی چون تشنگی، پر ادراری، پر نوشی، کاهش وزن، گرسنگی و خستگی شدید** تظاهر پیدا میکند.

✓ **دیابت نوع 2** شروع خیلی آهسته تری دارد و

شایعترین علامت اولیه ی آن در واقع «بی علامتی» است.

✓ درصد قابل توجهی از مبتلایان به دیابت نوع 2 (تقریباً 50 درصد) از بیماری خود اطلاعی ندارند و تنها با انجام آزمایش قند خون میتوان آنها را شناسایی کرد.

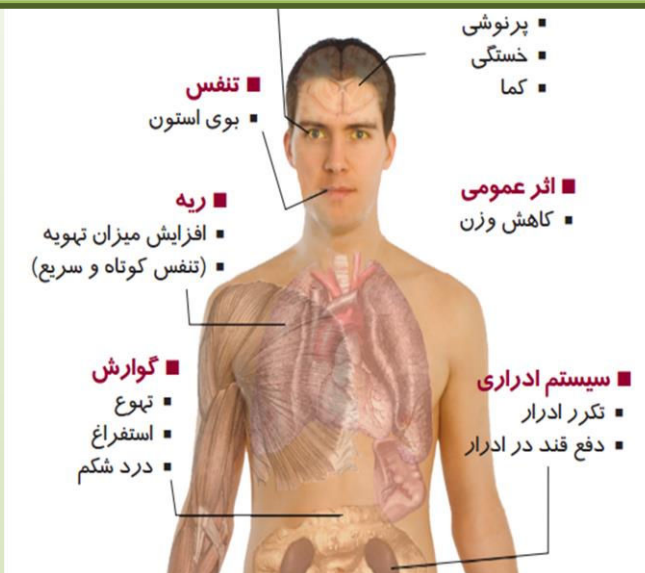
❌ از دیگر علایم دیابت نوع 2 می توان به **عفونت های مکرر** مخصوصاً در **دستگاه ادراری** و پوست، **تاری دید**، **بهبودی دیررس زخمها و احساس سوزش و بی حسی در انگشتان پاها** اشاره کرد.

ممکن است فردی هیچکدام از علایم را نداشته

باشد ولی مبتلا به دیابت باشد.

وجود هر یک از علایم فوق الزاماً به معنی ابتلا به

دیابت نمی باشد.



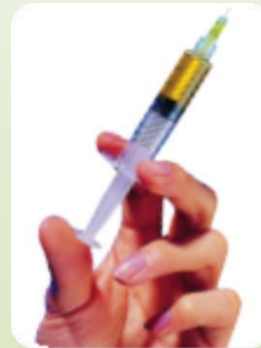
دیابت چیست؟



تهیه از
بخش CCU بیمارستان قائم
تأییدکننده و تصویب کننده:
خانم دکتر تاجیک
زیرنظر:
کمیته آموزشی بیمارستان
قائم (عج)
آخرین بازنگری:
فروردین 1403

روشهای پیشگیری و کنترل

- ✗ درمانهای غیردارویی
 - ✓ رعایت رژیم غذایی مناسب
 - ✓ کاهش وزن
 - ✓ پرهیز از استرس
 - ✓ فعالیت ورزشی منظم
 - ✓ عدم مصرف سیگار و الکل
- ✗ درمانهای دارویی
 - ✓ قرصهای خوراکی پایین آورنده قند خون
 - ✓ انسولین: با توجه به این که هر روزه به مبتلایان دیابت افزوده میشود و اساساً درمان هم ندارد لازم است که پیشگیری زودهنگام را انجام داده تا از بروز بیماری و عوارض آن جلوگیری کرد که غربالگری مؤثرترین راه جهت کنترل دیابت می باشد.



عوامل مستعدکننده دیابت

- ✗ سن بالا
- ✗ وزن بالا به خصوص چاقی اطراف کمر و باسن
- ✗ سابقه فامیلی، ابتلای فامیل در جه یک به دیابت
- ✗ سابقه تولد نوزاد با وزن بیشتر از 4/5 کیلوگرم
- ✗ فشار خون بالا
- ✗ چربی خون بالا
- ✗ کم تحرکی
- ✗ استرس
- ✗ رژیم غذایی نامناسب

عوارض دیابت

- ✗ زودرس:
 - ✓ بالا رفتن و پایین آمدن ناگهانی قند خون
- ✗ دیررس:
 - ✓ آسیب به ارگانهای بدن از جمله کلیه، چشم، سیستم قلب و عروق، اعصاب و ...
 - ✓ صدمه به ارگانها می تواند به صورت تدریجی دید مختصر تا نابینایی کامل، فشار خون بالا تا گرفتگی کلا مل عروق قلبی و ... باشد.

