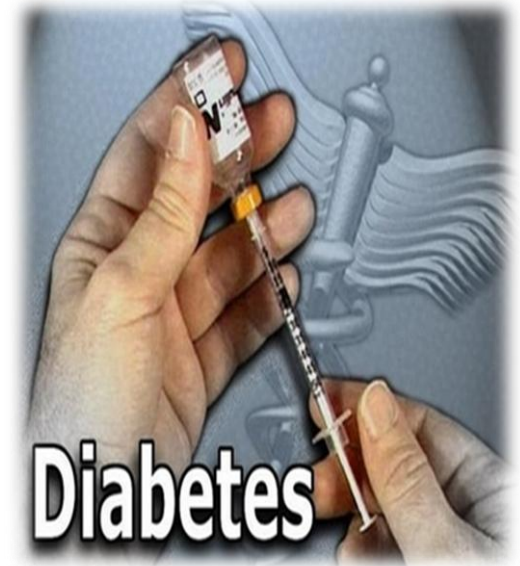


# دیابت



تهیه و تدوین :

فاطمه شكري (کارشناس پرستاری)  
بیمارستان ولی عصر (عج) شهرستان دره شهر  
بخش داخلی و جراحی.

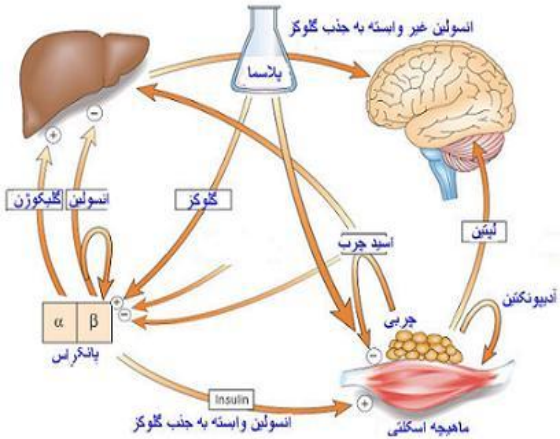
دیابت یک اختلال در سوخت و ساز (متابولیسم) بدن است که در آن با انسولین به تعداد کافی در بدن وجود ندارد و یا انسولین موجود قادر نیست تا وظیفه خود را به درستی انجام دهد و در نتیجه به علت وجود مقاومت در برابر آن، قند خون بالا می‌رود. انسولین هورمونی است که توسط سلولهای "بتا" واقع در پانکراس ترشح می‌شود و وظیفه اصلی آن کاهش قند خون است. پانکراس نیز یکی از غدد دستگاه گوارش است که در پشت معده قرار دارد بالا بودن قند خون در دراز مدت باعث بروز عوارض در سیستم قلب و عروق، کلیهها، چشم و سلسله اعصاب میگردد.

## علائم دیابت

دیابت نوع یک معمولاً شروع پر سر و صدایی دارد و با علائمی چون تشنگی، پرادراری، پرنوشی، کاهش وزن، گرسنگی و خستگی شدید تظاهر پیدا میکند. دیابت نوع ۲ شروع خیلی آهسته‌تری دارد و شایعترین علامت اولیه آن در واقع "بی علامتی" است. درصد قابل توجهی از مبتلایان به دیابت نوع ۲ (تقریباً ۵۰٪) از بیماری خود اطلاعی ندارند و تنها با انجام آزمایش قند خون میتوان آنها را شناسایی کرد با این وجود در صورت عدم کنترل مطلوب ممکن است علائمی مشابه با دیابت نوع ۱ نیز بروز کند. از دیگر علائم دیابت نوع ۲ میتوان به عفونتهای مکرر مخصوصاً در دستگاه ادراری و پوست، تاری دید، بهبودی دیررس زخمها و احساس سوزش و بیحسی در انگشتان پاها اشاره کرد.

## انواع دیابت

- ۱ - دیابت نوع ۱
- ۲ - دیابت نوع ۲



## فرق دیابت نوع ۱ و ۲ در چیست؟

به طور کلی دیابت به چهار گروه دیابت نوع ۱، دیابت نوع ۲، دیابت حاملگی و دیابت به علل متفرقه تقسیمبندی میشود. در دیابت نوع ۱ که ۱۵-۱۰٪ کل موارد دیابت را تشکیل میدهد تولید انسولین از پانکراس (لوزالمعده) به علت از بین رفتن سلولهای سازنده انسولین، متوقف میشود به همین خاطر افراد مبتلا به این نوع دیابت باید از بدو تشخیص، انسولین مورد نیاز بدن را به صورت تزریقات روزانه تأمین کنند. دیابت نوع ۱ اغلب در سنین زیر ۳۰ سال به وجود میاید. در دیابت نوع ۲ که بیشتر در بالغین بالای ۳۰ سال و چاق دیده میشود و ۹۰-۸۵٪ کل موارد دیابت را شامل میشود انسولین تولید شده از پانکراس به خوبی عمل نمیکند. در واقع یا پانکراس به اندازه کافی انسولین ترشح نمیکند و یا اینکه انسولین ترشح شده، به علت وجود مقاومت به انسولین مخصوصاً در افراد چاق، فاقد کارایی لازم است.

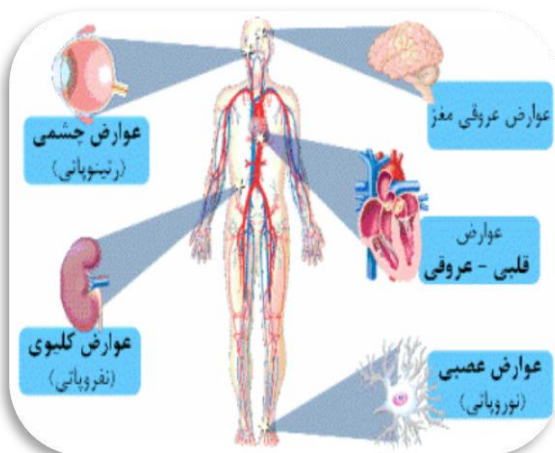
## دیابت نوع ۱

که در گذشته "دیابت وابسته به انسولین" نامیده میشد و هر سنی را دربر میگیرد اما در کودکان و جوانان شایعتر است. بدن افراد مبتلا

➤ ۲- نفروپاتی (بیماری کلیه): که ممکن است باعث از کارافتادگی کامل کلیه‌ها شود.

➤ ۳- نوروپاتی (آسیب دیدگی اعصاب): در صورت همراه شدن با مشکلات گردش خون ممکن است موجب ایجاد زخم در پاها و نیز قانقاریا شود که در نهایت به قطع عضو می‌انجامد.

➤ ۴- بیماری قلبی- عروقی: که بر روی قلب و رگهای خونی اثر می‌گذارد و یا ممکن است به سکنتهای قلبی (منجر به حمله قلبی) سکنه مغزی (یکی از علل اساسی ناتوانی و مرگ در افراد دیابتی) منجر شود.



عوارض احتمالی ناشی از آنها برای اکثریت افراد مناسب نمیباشد. با این وجود رعایت ۵ اصل کنترل دیابت که در ادامه به آنها اشاره خواهد شد باعث میشوند تا افراد دیابتی بتوانند یک زندگی سالم با افراد غیر دیابتی داشته باشند و از پیدایش عوارض دیابت جلوگیری کنند. این ۵ اصل عبارتند از: آموزش، کنترل روزانه، تغذیه صحیح، فعالیت جسمانی و مصرف منظم داروها (قرص یا انسولین) در صورتی که هر یک از این پایهها سست باشد تعادل و در واقع کنترل دیابت بر هم خواهد خورد.

## عوارض دیابت

### ۱- عوارض زودرس دیابت شامل:

➤ ۱- کتواسیدوز یا کمای دیابتی: یک اختلال مربوط به سوخت و ساز است که در اثر افزایش میزان قند خون همراه با استون ایجاد می‌شود که سبب گیجی، سستی و بیحالی، احساس تشنگی شدید، خستگی و تنگی نفس شده و همچنین در بعضی موارد با اغماء همراه است که در صورت عدم درمان ممکن است منجر به مرگ فرد شود.

➤ ۲- عفونت‌های مکرر: هنگامیکه قند خون بالا باشد بدن نمیتواند در مقابل عفونت از خود عکسالعمل نشان دهد و دفاع کند.

➤ ۳- کاهش وزن: در این حالت بدن به جای مصرف گلوکز، از پروتئین‌ها و چربیها استفاده کرده که این امر باعث کاهش وزن میشود.

### ۲- در مواردی که دیابت کنترل نشود عوارض دیررس

ظاهر می‌شود که مهمترین آنها عبارتند از:

➤ ۱- عارضه چشمی: که ممکن است به نابینایی کامل ختم شود.

به دیابت نوع ۱ قادر به تولید انسولین کافی نمیباشد. لذا، برای کنترل قند خونشان نیازمند انسولین تزریقی هستند. عدم دسترسی به انسولین در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ موجب مرگ و میر ایشان میشود.

## علامت بیماری

شروع دیابت نوع ۱ بسیار ناگهانی و ناراحت کننده است، که میتواند علامت ذیل را به دنبال داشته باشد.

➤ ۱- تکرر ادرار

➤ ۲- تشنگی و خشکی دهان به طور غیرطبیعی

➤ ۳- خستگی مفرط یا کمبود انرژی

➤ ۴- گرسنگی مداوم

➤ ۵- کاهش ناگهانی وزن

➤ ۶- تاری دید

➤ ۷- عفونت‌های مکرر

➤ شروع دیابت نوع ۲ تدریجی است بنابراین تشخیص بیماری کار بسیار دشواری است. به هر حال علائم دیابت نوع ۱ بصورت خفیف تر ممکن است در مبتلایان به دیابت نوع ۲ نیز وجود داشته باشد.

➤ در برخی افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ هیچ گونه علائم زودرس بیماری دیده نمی‌شود و ممکن است سالها پس از ابتلا، تشخیص داده نشود. نیمی از این افراد در زمان تشخیص دچار عوارض مختلف دیابت هستند.

## آیا دیابت درمان دارد؟

هنوز درمان قطعی برای دیابت پیدا نشده است، حتی روشهای جدیدی مثل پیوند سلولهای بتا به افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ نیز به علت ضرورت مصرف داروی ضد رد پیوند به صورت مادامالعمر و