

دیابت

یکی از بیماریهای شایع در جامعه بیماری دیابت است که باعث کوری و نارسایی مزمن کلیه (ESRD) و قطع عضو می شود.

در صورت وجود علائم زیر تشخیص دیابت مطرح است :

قند خون بیشتر مساوی ۲۰۰ در حضور علائم پرخوری - پرنوشی و کاهش وزن قند خون ناشتا بیشتر مساوی ۱۲۶ مهم ترین معیار تشخیص دیابت است .

gtt (تست تحمل گلوکز) بیشتر مساوی ۲۰۰ (یک ساعت پس از مصرف ۷۵ گرم گلوکز خوراکی)

انواع دیابت

۱. دیابت نوع یک :دیابت نوع یک شروع ناگهانی دارد قبل از ۳۰ سالگی بروز می کند - در افراد لاغر وجود دارد - و وابسته به انسولین است (یعنی به انسولین نیاز دارد)

۲. ۲- دیابت نوع دو :در افراد بالای ۳۰ سال وجود دارد - این افراد چاق هستند - نیاز باشد از داروهای پایین آورنده ی قند خون استفاده می شود.

۳. ۳- دیابت حاملگی :در سه ماهه دوم و سوم بارداری ایجاد می شود که علامت آن عدم تحمل گلوکز در دوران بارداری می باشد . دیابت حاملگی به علت تغییرات متابولیک در حاملگی ایجاد می شود .



اهداف اصلی درمان عبارتند از :

طبیعی نمودن فعالیت انسولین و سطح گلوکز خون تا از پیشرفت عوارض عروقی و نوروپاتی جلوگیری به عمل آید .

نکاتی که باید در بیماری دیابت به آن توجه داشته باشیم :

- در وعده غذایی اضافه کردن فیبر و سبزیجات ضروری است .
- با کارشناس تغذیه مشورت نمایید .
- میان وعده غذایی داشته باشید .
- وزن خود را کنترل کنید .
- قند خون خود را توسط دستگاه گلوکومتر اندازه گیری نمایید .



مرکز آموزشی درمانی امام خمینی (ره)

دیابت



بخش نفرولوژی

- شستشوی روزانه پاها با آب ولرم فراموش نشود .
- ناخن های خود را کوتاه کنید - فشار خون خود را کنترل کنید - از کشیدن سیگار اجتناب کنید .
- در مورد تزریق انسولین آموزش ببینید .
- معاینات دندان پزشکی داشته باشید .
- هرگز پابرهنه راه نروید - پوست خود را نرم و لطیف نگه دارید - کفش مناسب برای پاها تهیه کنید.



- علایم کاهش قند (سردرد - عدم تمرکز - تعریق شدید - افزایش ضربان قلب - رنگ پریدگی - لکنت زبان - رفتار غیر عادی و نیز شکم درد) را بشناسید و مقدار مواد قندی مانند شکر یا قند - آب نبات همراه داشته باشید از تزریق انسولین بدون مصرف غذا خودداری کنید .
- وعده غذایی را به موقع مصرف کنید .
- روزانه پاهای خود را از نظر زخم کنترل کنید .

