

دیابت



کدفرم : M-p.ph/34NM

بخش باران - 1404

❖ واحد گرافیک بیمارستان میلاد ❖

علائم بالارفتن قندخون

- بی حسی و سوزن سوزن شدن اعضای بدن
- گرسنگی های بیش از حد و ولع مصرف مواد غذایی
- تکرر ادرار
- تشنگی
- افزایش و یا کاهش وزن بیش از حد
- کندی در بهبود زخم ها .



منبع یا منابع : کلینیک مجازی دیابت پژوهشگاه علم غد

و متابولیسم ، دانشگاه علم پزشکی تهران ۱۳۹۵

با آرزوی سلامتی برای شما ، جهت کسب اطلاعات و پیگیری،

می توانید از راههای زیر اقدام فرمایید:

آدرس : لاهیجان ، ابتدای ضلع شمالی بزرگراه لاهیجان به لنگرود

شماره تماس : ۰۱۳-۴۲۴۴۵۲۵۲

وبسایت بیمارستان : www.milad-hospital.com

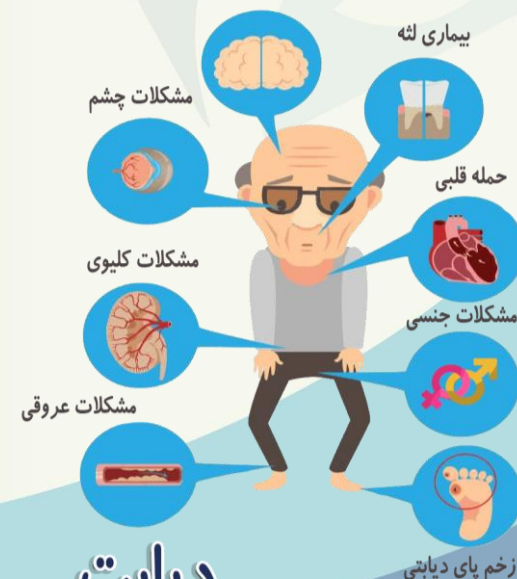
اینستاگرام : MiladHospital.Lahijan

درمان افت قند خون

در مرحله اول قند خونتان را اندازه بگیرید ، علائم را جدی بگیرید و به سرعت درمان را شروع کنید . اگر افت قند خون شدید دارید اما هنوز هوشیار هستید باید قندی دریافت کنید که به سرعت از دستگاه گوارش جذب شود ، بهتر است همیشه قند همراه خود داشته باشید ، در این حالت از مصرف شکلات و آبنبات اجتناب کنید زیرا چربی آن مانع جذب سریع قند می شود .

یکی از موارد زیر را مصرف و ۱۵ دقیقه صبر کنید :

- حدود ۲ تا ۳ حبه قند
- نصف لیوان آب میوه
- یک قاشق غذاخوری شکر یا عسل



عوارض دیابت

دیابت یکی از مهمترین مشکلات بهداشتی جهان محسوب میشود بطوریکه بیش از ۵٪ جمعیت کشورمان گرفتار آن میباشند .

شیوع دیابت در جهان از جمله در کشور ما به سرعت رو به افزایش است .

مطالعات اخیر نشان داده اند که با رعایت الگوی غذایی سالم (اعتدال رژیم غذایی و داشتن فعالیت فیزیکی منظم) ، کنترل دقیق قند خون (با مصرف داروهای خوراکی و یا انسولین) ، فشار خون و سطح چربی های خون ، بسیاری از این عوارض کنترل گردیده و بدین طریق بیماران دیابتی می توانند از یک زندگی سالم و طول عمر طبیعی بهره مند گردند .

دیابت نوع ۱ چیست ؟

در این نوع دیابت ، غده پانکراس توانایی تولید انسولین را ندارد و تولید انسولین بسیار کم یا متوقف می شود . دیابت نوع ۱ معمولاً در دوران کودکی یا نوجوانی آغاز می شود ، اما ممکن است در هر سنی شروع شود .

دیابت نوع ۲ چیست ؟

در دیابت نوع ۲ ، غده لوزالمعده انسولین تولید می کند اما مقدار آن ناکافی است و یا بدن نسبت به آن مقاوم است و توانایی استفاده از آن را ندارد .

این نوع دیابت بیشتر در افراد مسن (بالای ۴۰ سال) دیده میشود .

پیش دیابت (prediabetes) چیست ؟

پیش دیابت ، حالتی است که در آن بدن نسبت به اثر انسولین مقاومت کرده و در نتیجه عملکرد طبیعی انسولین که انتقال قند خون به داخل سلول هاست به خوبی صورت نمی گیرد .

عوامل خطر سازی که احتمال ابتلا به پیش دیابت را

بیشتر می کند عبارتند از :

- چاقی و اضافه وزن
- ورزش نکردن
- تاریخچه خانوادگی ابتلا به دیابت نوع ۲
- سن ۴۵ سال و بیشتر (در حال حاضر کودکان و نوجوانان نیز در معرض خطر هستند).
- نژاد (در بعضی نژادها مانند آفریقایی آمریکایی ها میزان بروز دیابت بیشتر است).
- دیابت بارداری (یا تولد نوزاد با وزن بیش از ۴ کیلوگرم).

دیابت بارداری

دیابت بارداری نوعی از دیابت است که اولین بار در یک خانم باردار پدیدار میشود .

در دوران بارداری قند خون بالا برای جنین و مادر مضر می باشد. عوامل خطر ساز عبارتند از سابقه ابتلای خانوادگی به دیابت ، سن بالای ۲۵ سال ، سابقه قبلی دیابت حاملگی ، سابقه تولد نوزاد با وزن بیشتر از ۴ کیلوگرم .

افت قند خون

افت قند خون در حالتی کاملاً شایع در افراد دیابتی است که داروهای پایین آورنده قند خون دریافت می کنند . زمانی اتفاق می افتد که سطح قند خون پایین می آید .

علل افت قند خون

- تزریق انسولین زیاد
- دریافت کم غذا
- فعالیت بدنی زیاد
- دریافت کم کربوهیدرات
- دریافت غذا با تاخیر

علائم افت قند خون

- بی قراری و سردرد
- لرزش و عدم تعادل
- گرسنگی شدید - تعریق و تپش قلب
- برآشفته گی ، احساس اندوه ، عدم تمرکز
- تاری دید در اثر کاهش طولانی مدت قند خون
- در موارد افت شدید قند، تشنج و بیهوشی .