



مرکز آموزشی درمانی امین

hyperglycemia
glucose
chronic
diabetes
glucosemeter

کلینیک دیابت مرکز آموزشی درمانی امین

تأیید کننده علمی: دکتر سمانه پورعجم

تهیه کننده: فاطمه بخشی

بهار ۱۴۰۲

PLT/SPS-PRF/022-01

پیش دیابت

اگر نتیجه آزمایش خون نشان داده است که در مرحله پیش دیابت هستید، باید بگوییم که شانس آورده‌اید. چون این حرف به این معناست سطح گلوکز در بدن بالاست اما شما هنوز به مرض قند مبتلا نشده‌اید. نکته مهم بعدی این است که اگر فکری به حال سبک زندگی و رژیم غذایی خود نکنید، به این بیماری مبتلا خواهید شد.

دیابت
قند ناشتا: ۱۲۶ و بالاتر
۲ ساعت بعد از غذا: ۲۰۰ و بالاتر

پیش دیابت
قند ناشتا: ۱۰۰-۱۲۵
۲ ساعت بعد از غذا: ۱۴۰-۱۹۹

نرمال
قند ناشتا: ۱۰۰ و پایین‌تر
۲ ساعت بعد از غذا: ۱۳۹ و پایین‌تر



بیماری دیابت چیست؟

دیابت یا مرض قند نوعی بیماری متابولیک (سوخت و ساز مواد غذایی) مزمن است. مابرا از آنجا آغاز می‌شود که هورمونی به نام انسولین عملکرد خود را از دست می‌دهد. این هورمون توسط غده پانکراس یا همان لوزالمعده ترشح می‌شود. وظیفه اصلی آن، این است که گلوکز را به سمت سلول‌های بدن هدایت کند. زمانی که انسولین در انجام وظیفه خود ناتوان است، گلوکز به جای ورود به سلول، در خون انباشته می‌شود و به این ترتیب سطح آن در بدن بالا می‌رود؛ دقیقاً همینجاست که می‌گوییم دیابت گرفتیم.

انواع دیابت

به طور کلی می‌توان مرض قند را به پنج دسته زیر تقسیم کرد:

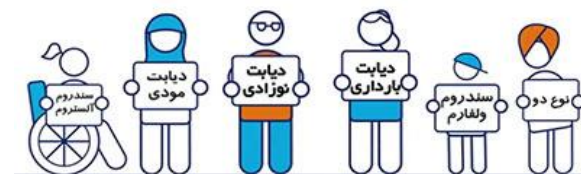
دیابت نوع ۱

دیابت نوع ۲

دیابت بارداری

پیش دیابت

دیابت بی‌مزه



روشهای پیشگیری و کنترل

درمانهای غیر دارویی

- رعایت رژیم غذایی مناسب
- کاهش وزن
- پرهیز از استرس
- فعالیت ورزشی منظم
- عدم مصرف سیگار و الکل

درمانهای غیر دارویی

- قرصهای خوراکی پایین آورنده قند خون
- انسولین

با توجه به این که هر روزه به مبتلایان دیابت افزوده میشود و اساسا درمان هم ندارد لازم است که پیشگیری زودهنگام را انجام داده تا از بروز بیماری وعوارض آن جلوگیری کرد. غربالگری مؤثرترین راه برای تشخیص و کنترل دیابت است.

عوارض دیابت



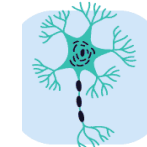
بیماری قلبی و عروا



ناراحتیهای کلیوی (Nephropathy نفروپاتی)



زخم دیابتی



آسیب عصبی (Neuropathy نوروپا)



بیماریهای پوست و دهان



بیماریهای چشم (Retinopathy رتینوپاتی)

انواع دیابت



دیابت نوع 1

این بیماری، نوعی اختلال خودایمنی شناخته میشود. در این وضعیت سیستم ایمنی بدن انسولین در لوزالمعده حمله میکند و توانایی بدن در تولید انسولین را از بین میبرد.



دیابت نوع 2

در دیابت نوع دوم، انسولین در بدن وجود دارد، اما به وظیفه خود به درستی عمل نمیکند. این بیماری به طور مستقیم با سبک زندگی و رژیم غذایی در ارتباط است.



دیابت بارداری

دیابت بارداری معمولا در ماههای آخر بارداری اتفاق میافتد و بروز آن بیشتر با تغییرات هورمونی در ارتباط است.



پیش دیابت

اگر نتیجه آزمایش خون نشان دهد که در مرحله پیش دیابت هستید، به این معناست که سطح گلوکز در بدن بالاست اما شما هنوز به مرض قند مبتلا نشدهاید.



دیابت بی مزه

دیابت بی مزه، نوعی بیماری مادرزادی است که به دلیل اختلال در غده درون ریز ایجاد میشود.

دیابت بی مزه



تشنگی



تکرر ادرار

دیابت بی مزه، نوعی بیماری مادرزادی است که به دلیل اختلال در غده درون ریز ایجاد میشود. این بیماری با تشنگی زیاد و تولید بیش از حد ادرار رقیق همراه است و برای آن درمانی وجود ندارد. برای تشخیص آن باید به لیست فوق متخصص غدد مراجعه کنید. این اختلال در اثر فقدان هورمون ادراری (وازوپرسین) یا مسدودسازی عملکرد آن ایجاد می گردد

دیابت بارداری



دیابت بارداری معمولا در ماههای آخر بارداری اتفاق می افتد. بروز آن بیشتر با تغییرات هورمونی در ارتباط است. هورمون هایی که توسط جفت تولید می شود به طور خاص بر روی انسولین تاثیر گذاشته و عملکرد آن را مختل می کنند.

دیابت

دیابت نوع 1 چیست

نوع ۱



دیابت نوع ۱ که به دیابت نوجوانان یا دیابت وابسته به انسولین هم معروف است. این بیماری، نوعی اختلال خودایمنی شناخته می شود. در این وضعیت سیستم ایمنی بدن به سلول های تولیدکننده ی انسولین در لوزالمعده حمله می کند و توانایی بدن در تولید انسولین را از بین می برد. حالا به راحتی می توانید حدس بزنید در بدن چه اتفاقی می افتد. هورمونی به نام انسولین در بدن وجود ندارد که بخواهد قند را به سمت سلول های بدن هدایت کند. این نوع مرض قند مادرزادی بوده و به همین دلیل در کودکان بیشتر دیده می شود

دیابت نوع 2 چیست

دیابت

نوع ۲



دیابت نوع دوم، انسولین در بدن وجود دارد اما به وظیفه خود به درستی عمل نمی کند. این بیماری بسیار شایع تر از نوع اول است. این بیماری به طور مستقیم با سبک زندگی و رژیم غذایی در ارتباط است. اگر جزء آن دسته از افرادی هستید که رابطه خوبی با ورزش ندارند، شیرینی و نوشیدنی های صنعتی پای ثابت سفره غذایی آنهاست، اضافه وزن دارند، چاق هستند و سیگار می کشند، متأسفانه شرایط را برای ابتلا به قند خون بالا به خوبی فراهم کرده اید

این بیماری بیشتر بزرگسالان را درگیر می کند اما شیوع آن در بین کودکان و نوجوانان نیز در حال افزایش است. بی تحرکی و دریافت کالری بیش از حد دو فاکتور اصلی برای ابتلای کودکان به این بیماری است.