

# آشنایی با دیابت

## تعریف

دیابت یک بیماری مزمن است که در اثر نقص در تولید انسولین یا عملکرد بدن در ارتباط با انسولین ایجاد می‌گردد. این بیماری قابل کنترل است، سیر پیشرونده و نیاز به مراقبت دارد. همچنین عوارض متعددی نیز دارد

## انواع دیابت

**دیابت نوع 1:** دیابت وابسته به انسولین یا دیابت نوجوانی. شروع آن ناگهانی و قبل از 30 سالگی است. در این نوع دیابت لوزالمعده قادر به ساختن انسولین نمی‌باشد و یا تولید آن بسیار کم است. بیمار کاهش وزن شدید پیدا می‌کند. این بیماران به انسولین حتما نیاز دارند

**دیابت نوع 2:** دیابت غیروابسته به انسولین یا دیابت بزرگسالان. شایع‌ترین نوع دیابت است. در دیابت نوع دو لوزالمعده انسولین می‌سازد ولی ترشح آن کم است یا در بدن به درستی عمل نمی‌کند چون سلول‌ها نسبت به عمل انسولین مقاومت می‌کنند. دلیل اصلی این مقاومت چاقی و انباشته شدن چربی در اطراف سلول‌ها است توجه: امروزه به علت زندگی ماشینی، کاهش فعالیت بدنی و تغذیه بسیار چرب و پر انرژی، سن بروز دیابت نوع دو به طور چشمگیری کاهش یافته است و بسیاری از جوانان نیز به آن مبتلا هستند

**دیابت پنهان یا پیش دیابت:** قبل از ابتلا به دیابت نوع ۲ سطح قند بالاتر از حد طبیعی بوده ولی نه آن قدر که فرد را در گروه دیابتی‌ها قرار دهد.

با کنترل قند خون در مرحله دیابت پنهان و با تغییر در رژیم غذایی و افزایش فعالیت بدنی می‌توان از بروز دیابت نوع دو پیشگیری کرد یا آن را به تعویق انداخت. دیابت پنهان معمولا علامتی ندارد تنها از روی آزمایش قند خون می‌توان دیابت پنهان را تشخیص داد

## تشخیص انواع دیابت

1. تست‌های آزمایشگاهی: آزمایش قند خون ناشتا به میزان بیشتر از 126 میلی‌گرم در دسی‌لیتر که در این حالت فرد می‌بایست حداقل ۸ ساعت ناشتا باشد و ۲۰۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر قند خون غیر ناشتا
2. تست تحمل گلوکز خوراکی یا وریدی (GTT)
3. تست اندازه‌گیری هموگلوبین گلیکوزیله (HbA1C) میزان گلوکز خون در سه ماه اخیر را نشان می‌دهد

نتیجه تست	قند خون ناشتا	آزمایش A1C	تست تحمل گلوکز GTT
دیابت	126 mg/dl یا بیشتر	6.5% یا بیشتر	200 mg/dL یا بیشتر
پیش دیابت	100 – 125 mg/dL	5.7%–6.4%	140 – 199 mg/dL
نرمال	99 mg/dL یا کمتر	کمتر از 5.7%	140 mg/dL یا کمتر

### درمان دیابت

- درمان دیابت نوع یک: تجویز انسولین، رعایت رژیم غذایی، پیوند پانکراس
- درمان دیابت نوع دو: رعایت رژیم غذایی، تجویز داروهای خوراکی پایین آورنده قند خون و یا انسولین

### درمان عوارض دیابت

- در صورت بروز نارسایی کلیه، دیالیز و در نارسایی عروق، جراحی انجام می شود

#### سحر شاه وردی

#### واحد آموزش و پیگیری بیمار

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات: 03834259101-18

واحد آموزش و پیگیری بیمار: طبقه دوم – داخلی 221