

# دیابت



## دیابت چیست؟

دیابت با همان بیماری قند که متأسفانه بسیاری را به خود مبتلا کرده است یک نوع اختلال متابولیک و سوخت و سازی در بدن است که به واسطه آن توانایی تولید انسولین در بدن از بین می رود یا برعکس مقاومت در برابر انسولین در بدن ایجاد می شود در نتیجه انسولین تولیدی نمی تواند عملکرد نرمال خود را انجام دهد. در دیابت، سرعت و توانایی بدن در استفاده و سوخت و ساز کامل گلوکز کاهش می یابد به همین دلیل میزان قند خون افزایش یافته که به آن هایپرگلیسمی می گویند. با افزایش قند در دراز مدت در بدن وجود داشته باشد عوارض میکرووواسکولار دیابت یا تخریب رگ های بسیار ریز در بدن ایجاد می شوند که می توانند اعضای مختلف بدن همچون کلیه، چشم و اعصاب و قلب را درگیر کنند .

## با انواع دیابت آشنا شوید:

### دیابت نوع یک چیست؟

دیابت نوع یک بیماری مزمنی است که وقتی پانکراس یا همان لوزالمعده میزان کمی انسولین ترشح میکند و یا اصلاً انسولین ترشح نمی کند، رخ میدهد. عوامل متعددی از جمله عوامل ژنتیکی و آلوده شدن به ویروس هایی خاص می توانند، باعث ابتلاء به دیابت نوع یک شوند. هرچند دیابت نوع ۱ معمولاً در کودکی و نوجوانی رخ میدهد، اما امکان ابتلا بزرگسالان نیز به این بیماری وجود دارد

### راههای تشخیص بیماری دیابت نوع اول

- گرسنگی شدید و افزایش اشتها
- تشنگی شدید ، خشکی دهان و ادرار پی در پی
- بی حسی یا سوزن سوزن شدن در پا
- کاهش وزن غیرعادی، خستگی و بی حالی
- مشکلات پوستی از قبیل خشکی پوست، عفونت های قارچی و باکتریایی که بر اساس گزارشات میزان آن در دخترها شایع تر از پسرهاست.
- تاری دید
- از دست دادن هوشیاری



## دیابت نوع ۲ چیست؟

در دیابت نوع ۲ بدن قادر به استفاده و ذخیره گلوکز نمی باشد و گلوکز به جای تبدیل به انرژی به جریان خون باز گشته و سبب ایجاد علائم مختلف می گردد.

دیابت نوع ۲ که با عنوان یا دیابت بزرگسالی یا غیر وابسته به انسولین شناخته می شود به علت عدم توانایی بدن در تولید انسولین کافی و یا ناتوانی از استفاده ی بهینه از انسولین تولیدی رخ می دهد. حالتی که به آن مقاومت در برابر انسولین گفته می شود.

## علت ابتلا به دیابت نوع ۲

اضافه وزن، بی تحرکی یا کمبود فعالیت بدنی و اختلالاتی که همراه با عدم توانایی بدن در استفاده از گلوکز می باشند از عوامل اصلی ابتلا به دیابت نوع دو می باشند. همچنین افرادی که نوعی اختلال گلوکز ناشتا یا اختلال عدم تحمل گلوکز دارند خطر بالایی در ابتلا به دیابت نوع ۲ دارند.

علائم دیابت نوع ۲ چیست؟

نشانه های دیابت نوع دوم در بدن تقریباً مشابه علائم دیابت نوع اول است که اصلی ترین آنها شامل:

- بی حسی یا سوزش دست و پا
- تشنگی و پرنوشی
- خستگی زیاد غیر قابل توجیه
- پُرادراری
- عفونت مکرر لثه، پوست و مثانه
- تاری دید
- زودرنجی و تحریک پذیری
- عدم بهبودی زخم ها

متأسفانه دیابت بیماری مزمنی است و به آرامی پیش می رود. اما باید بدانید در بعضی موارد دیابت نوع ۲ هیچ علامتی ندارد. در این گونه موارد افراد مبتلا ماه ها یا حتی سال ها بدون این که از بیماری خود مطلع باشند به زندگی ادامه میدهند .

مرکز بهداشت و درمان دانشگاه بیرجند