

دیابت چیست؟

دیابت بیماری است که در آن بدن نمی تواند گلوکز لازم برای تامین انرژی سلول های بدن بیمار را تامین کند. در واقع شخصی که به این بیماری مبتلا باشد سطح گلوکز در بدن او بالا میماند و هورمونی به اسم انسولین که قند موجود در بدن را به انرژی تبدیل کند نمیتواند این انتقال را انجام دهد. این فرایند بسته به انواع دیابت به مشکلاتی روبرو است که علائم و عواملی را همراه خود دارد.

پیش دیابت چیست؟

در پیش دیابت فرد هنوز به یکی از انواع اصلی دیابت مبتلا نشده است اما مستعد ابتلا به آنها می باشد. این حالت غالباً در افرادی دیده می شود که والدین آنها سابقه ابتلا به دیابت را داشته اند. همچنین در خانواده هایی که سبک زندگی و رژیم غذایی آنها ناسالم است شاهد بروز علائم پیش دیابت هستیم. قند خون در این افراد نیز افزایش پیدا می کند. اما سطح آن به اندازه این نیست که بتوان گفت فرد دچار بیماری قند خون است. بنابراین این افراد بایستی مراقبت های لازم را به عمل آورند و سریعتر درمان شوند تا در آینده به مرض قند مبتلا نگردند.

1

انواع دیابت:

بیماری به دیابت نوع ۱ و دیابت نوع ۲ تقسیم می شود از جمله موارد دیگر این بیماری میتوان به دیابت بارداری اشاره کرد.

انواع دیابت:

بیماری به دیابت نوع ۱ و دیابت نوع ۲ تقسیم می شود از جمله موارد دیگر این بیماری میتوان به دیابت بارداری اشاره کرد.

دیابت نوع دو:

تقریباً این نوع دیابت یک بیماری اکتسابی است و وقتی ایجاد می شود که فرد با پرخوری و مصرف خوراکی و نوشیدنی های شیرین سلامت خود را به خطر بیندازد. علت دیگری که باعث به وجود آمدن نوع دوم این بیماری می شود عوامل ژنتیکی ارثی است که باعث ایجاد برخی اختلالات در بدن برای مصرف گلوکز مصرفی است

به خاطر وجود برخی عارضه ها مانند نفروپاتی و رینوپاتی و حتی بسته شدن شریان های خونی، ابتلا به این بیماری می تواند برای شخص خطر آفرین باشد

2

این بیماری در مراحل پیشرفت غیرقابل کنترل می شود و میتوان با رعایت برخی نکات تغییرات در سبک زندگی آن را کنترل کرد.

علائم دیابت نوع ۲

برای این نوع دیابت علائم تشخیص زیادی وجود ندارد و نمیتوان به خوبی آن را پیش بینی کرد تا در ادامه از آن پیشگیری کنیم. این بیماری وقتی بیش از پیش خود را نشان می دهد که مرتباً احساس تشنگی کنید و دهانتان خشک بماند همچنین خستگی روزانه و

بیرونی های فراوان همراه با تغییر وزن شدید می تواند از عوامل آن باشد. علائم خطرناک این بیماری رتینوپاتی دیابتی (بیماری خونریزی)، مرض قند عوارضی مانند نفروپاتی (بیماری نارسایی کلیه به دلیل از بین رفتن رگ های آن) ایجاد می کند.

دیابت نوع 1:

دیابت نوع یک که به آن دیابت وابسته به انسولین نیز گفته می شود، علت آن ژنتیکی و محیطی است و هنوز علت شروع آن به طور کامل شناسایی نشده؛ اما آنچه مسلم است، شیوع بیماری دیابت نوع یک کمتر از نوع دو است.

3



دیابت چیست؟



تهیه کننده: واحد پیشگیری و مبارزه با
بیماریهای غیر واگیر
شبکه بهداشت فراهشوند

اردیبهشت 1403

در این نوع دیابت انسولین بدن برای بدن بیمار کفایت نمی‌کند بنابراین باید به تزریق انسولین روی بیاورید بهترین کار برای مقابله با این بیماری ورزش کردن و مصرف کم قند است.

پیشگیری از دیابت:

برای پیشگیری از دیابت کار عجیبی لازم نیست انجام دهید همانند بسیاری از بیماری‌های دیگر و این مرض به خاطر رفتارهای غلط غذایی و کم تحرکی‌های بدنی بر ما چیره می‌شود. داشتن استرس و اضطراب زمینه را برای ابتلا به این بیماری افزایش می‌دهد. ورزش کافی داشته باشید. وزن خود را کاهش دهید. از مصرف فست فود و نوشابه‌ها پرهیز کنید.

منابع:

دانشنامه ویکی پدیا

[Wiki.http://fa.wikipedia.org](http://fa.wikipedia.org)

به دیابت نوع یک، دیابت جوانان نیز گفته می‌شود. از طرفی برخی از محققان دیابت نوع ۱ را نوعی بیماری خود ایمنی می‌شناسند که در آن سیستم ایمنی فرد به اشتباه آنتی بادی‌هایی را تولید می‌کند که به بافت‌های بدن آسیب وارد می‌کنند. در این نوع بیماری، سیستم ایمنی به سلول‌های بتای پانکراس که مسئول تولید انسولین در بدن هستند حمله ور می‌شود. با تخریب این سلول‌ها پانکراس قادر به تولید و ترشح انسولین به میزان مورد نیاز بدن نخواهد بود. با کاهش سطح انسولین در خون، میزان قند خون افزایش پیدا می‌کند و عوارض دیابت نوع ۱ در فرد دیده می‌شود. در این مرحله فرد ناچار به استفاده از انسولین به شکل دارو و تزریق آن در طول روز خواهد بود.

روش‌های درمان:

تزریق انسولین

استفاده از پمپ انسولین

چک کردن قند خون

شمارش کربوهیدرات