عوامل خطردیابت نوع ۲

چاقی و اضافه وزن

سابقه خانوادگی دیابت

سن بالای ٤٥سال

سابقه به دنیا آوردن نوزاد بالاتر از ٤ کیلوگرم

سابقه ابتلا به دیابت بارداری

عدم فعالیت بدنی

بالابودن چربی خون و فشار خون

کیست های متعدد تخمدان

علائم هشدار دهنده ابتلا به دیابت

پر ادراری(چون بدن برای رهایی از گلوکز انباشته شده در خون آن را از طریق ادرار دفع می کند)

پرخوری(چون سلول ها قادر به استفاده از گلوکز خون و تامین انرژی از آن ها نمی باشند)

پرنوشی(چون بدن می خوتهد حجم آبی که از دست داده را جبران کند.)

احساس خستگی زیاد(چون بدن علیرغم پر خوری نمی تواند از گلوکز برای تامین انرژی استفاده کند)

نحوه استفاده بدن از گلوکز به صورت زیر است:

۱)غذایی که شما می خورید،جذب شده و کربوهیدرات غذا یا بخشی از آن به صورت گلوکز وارد جریان خون می شود.

۲پانکراس(غده سازنده و ترشح کننده انسولین در بدن)

۳) انسولین کمک می کند گلوکز وارد سلول های بدن شما شود.بدن با سوزاندن گلوکز انرژی مورد نیاز خود را بدست می آورد

پانکراس غده ای در بدن شماست که در زیر و پشت معده قرار دارد.این غده با ترشح انسولین قند خون شمارا تنظیم می کند. انسولین همانند کلیدی است که درب های ورود قند به سلول را باز میکند. این هورمون به گلوکز اجازه ورود به سلول را می دهد.اما در بدن افراد مبتلا به دیابت انسولین ساخته نمی شود و یا به طور صحیح عمل نمی کند.در نتیجه گلوکز نمی تواند به طور طبیعی وارد سلول شود و سطح قند خون افزایش می یابد.افزایش طولانی مدت قند خون فرد را به عوارض دیابت منتقل می کند.

بیمارستان تخصصی وفوق تخصصی نور نجات



راهنمای آموزش بیماران

دیابت چیست؟

کد:HE-PAM-20

دیابت چیست؟

به افزایش فند خون که در اثر نقص در ترشح انسولین یا عملکرد انسولین ایجاد می شود دیابت می گویند.

انواع دیابت

دیابت نوع۱: پنج تا ده درصد از موارد دیابت را به خود اختصاص می دهد.در دیابت نوع ۱پانکراس قادر به ساختن انسولین نمی باشد.بدن همچنان از طریق مصرف غذا گلوکز دریافت می کند اما گلوکز نمی تواند وارد سلول شود.برای حل این مشکل فردی که به دیابت نوع۱ مبتلاست نیاز به دریافت انسولین از طریق تزریقات منظم دارد

دیابت نوع ۲ : ۹۵ -۹۰درصد ازکل مواد را به خود اختصاص می دهد.دردیابت نوع۲پانکراس هنوز انسولین می سازد ولی ترشح آن کاهش یافته یا به درستی در بدن عمل نمی نماید.زیرا سلول ها نسبت به عمل انسولین مقاومت می کنند که دلیل اصلی این مقاومت چاقی و اضافه وزن است.



تشخیص دیابت

شما می توانید با آزمایش قند خون ناشتا وقند خون بعداز غذا از وضعیت سلامت یا ابتلا به دیابت با تشخیص پزشک معالجتان مطلع شوید

قند خون طبیعی

قند خون ناشتا کمتر از ۱۰۰ میلی گرم در دسی لیتر

تست تحمل گلوگز خوراکی کمتر از ۱۴۰ میلی گرم در دسی لیتر

قند خون در مرحله پیش دیابت

قند خون ناشتا برابر با ۱۲۵-۱۰۰ میلی گرم در دسی

تست تحمل گلوگز خوراکی برابربا ۱۹۹-۱۴۰میلی گرم در دسی لیتر

فند خون درفرد مبتلا به دیابت

قند خون ناشتا بیشتر یا مساوی ۱۲۶میلی گرم در دسی

تست تحمل گلوگز خوراکی بیشتر یامساوی با ۲۰۰میلی گرم در دسی لیتر

منبع : سایت وزارت بهداشت وآموزش پزشکی

تهیه و تنظیم :کمیته آموزش وارتقا سلامت همگانی

تاریخ تهیه وتنظیم: آبان ۱۴۰۵
ارتباطات
تلفن تماس : ۳۳۳۷۹۸۳۹ -۰۹۰۳۳۹۰۵۷۹۷
دور نگار:۲۰۲۲۶۳۳۳

وب سایت بیمارستان
noornejathosp.com

مرحله پیش دیابت

پیش از ابتلا به دیابت نوع ۲ معمولا افراد به شرایطی دچار میشوند که در آن هیچ یک از علایم مربوط به دیابت مشاهده نمیشود که به این حالت مرحله پیش دیابت گفته میشود . در این حالت قند خون فرد بالاتر از میزان طبیعی بوده ولی نه به میزانی که به عنوان دیابت شناخته شود . هم اکنون پزشکان بیش از گذشته بر تشخیص مرحله پیش دیابت به عنوان راهی برای پیشگیری از ابتلا به دیابت نوع ۲ و همچنین عوارض آن از جمله مشکلات قلب و عروق ، چشم و کلیه تاکید می کنند . پزشکان بر این باورند که این عوارض معمولا پیش از آگاهی فرد از ابتلا به دیابت نوع ۲ آغاز می شود.

