

دیابت یک اختلال در سوخت و ساز (متابولیسم) بدن است که در آن یا انسولین به میزان کافی در بدن وجود ندارد و یا انسولین موجود قادر نیست تا وظیفه خود را به درستی انجام دهد و در نتیجه به علت وجود مقاومت در برابر آن، قند خون بالا می‌رود. انسولین هورمونی است که توسط سلولهای "بتا" واقع در پانکراس ترشح می‌شود و وظیفه اصلی آن کاهش قند خون است. پانکراس نیز یکی از غدد دستگاه گوارش است که در پشت معده قرار دارد بالا بودن قند خون در دراز مدت باعث بروز عوارض در سیستم قلب و عروق، کلیه‌ها، چشم و سلسله اعصاب می‌گردد.



دیابت نوع ۱

در دیابت نوع ۱ که ۱-۵ درصد کل موارد دیابت را تشکیل می‌دهد تولید انسولین از پانکراس (لوزالمعده) به علت از بین رفتن سلول‌های سازنده انسولین، متوقف می‌شود به همین خاطر افراد مبتلا به این نوع دیابت باید از بدو تشخیص، انسولین مورد نیاز بدن را به صورت تزریقات روزانه تأمین کنند. دیابت نوع ۱ اغلب در سنین زیر ۳۰ سال به وجود می‌آید.

دیابت نوع ۲

در دیابت نوع ۲ که بیشتر در بالغین بالای ۳۰ سال و چاق دیده می‌شود و ۹۵-۹۰ درصد کل موارد دیابت را شامل می‌شود انسولین تولید شده از پانکراس به خوبی عمل نمی‌کند. در واقع یا پانکراس به اندازه کافی انسولین ترشح نمی‌کند و یا اینکه انسولین ترشح شده، به علت وجود مقاومت به انسولین مخصوصاً در افراد چاق، فاقد کارایی لازم است



دیابت حاملگی به دیابتی گفته می‌شود که برای اولین بار در طول حاملگی تشخیص داده شود. این نوع دیابت معمولاً گذرا است و بعد از اتمام حاملگی بهبود می‌یابد خانم‌های مبتلا به دیابت حاملگی بعداً در معرض خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ هستند.

دیابت پنهان چیست و چه اهمیتی دارد؟

دیابت پنهان به حالتی گفته می‌شود که در آن قند خون بین حد طبیعی و دیابتی قرار دارد. در مورد قند ناشتا مقادیر بین ۱۲۵-۱۰۰ و در مورد قندخون ۲ ساعته در آزمون خوراکی تحمل گلوکز، مقادیر بین ۱۹۹-۱۴۰ به عنوان دیابت پنهان در نظر گرفته می‌شوند. دیابت پنهان یکی از مهم‌ترین عوامل خطر ساز ابتلای به دیابت می‌باشد و اهمیت آن در این است که با تشخیص به موقع و انجام اقدامات لازم به صورت تغییر در روش زندگی می‌توان به نحو مؤثری از پیشرفت دیابت پنهان به سمت دیابت آشکار جلوگیری کرد.

*شاید قند ناشتای شما طبیعی باشد ولی قند غیر ناشتای شما غیر طبیعی باشد (۱۴۰-۱۹۹) پس همیشه به خاطر داشته باشید که هم قند ناشتا و هم قند غیر ناشتا را اندازه‌گیری نمائید.

دیابت به علل متفرقه

از علل متفرقه دیابت می‌توان به جراحی، داروها (مثل کورتیکواستروئیدها)، سوء تغذیه و عفونت اشاره کرد.



پرستار دیابت

مراقب سلامتی مان باشیم

دیابت و انواع آن



جهت استفاده از مشاوره های مراقبتی می توانید در ساعات اداری
با شماره تلفن (۳۴۴۲۷۰۱۵-داخلی ۳۷۵) تماس حاصل نمایید و
یا به آدرس
healtheducation.madanihospital@yahoo.com ایمیل
فرمایید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی

تابستان ۱۴۰۱

۶- سابقه ابتلا به کیست های متعدد تخمدان و یا بیماری های قلبی -
عروقی (تنگی رگ های قلب، انفارکتوس قلبی یا سکته مغزی)

نشانه های پنهان دیابت

- بسیاری افراد تکرار ادار و خشک شدن مداوم دهان را از عوامل
اصلی بیماری دیابت می دانند در حالی که به نشانه های خاموش و
پنهان این بیماری نیز باید توجه ویژه کرد. تحقیقات نشان داده
است که حدود ۵۰ درصد از افراد دیابتی هنگام خواب با صدای
بلند خروپف می کنند و طی خواب نفس هایشان صدادار و عمیق
است.



منبع :

کتاب مرجع پرستاری داخلی - جراحی - برون سوارث ۲۰۱۸

چه کسانی در معرض خطر ابتلا به دیابت هستند؟

تمامی افراد بالای ۴۰ سال در معرض خطر ابتلا به دیابت
نوع ۲ هستند و باید هر ۳ سال یک بار تحت آزمایش قند
خون قرار بگیرند. افراد دچار اضافه وزنی که حداقل یکی از
شرایط زیر را داشته باشند نیز در معرض ابتلا به دیابت نوع ۲
هستند و انجام آزمایشات مکرر قند خون در آن ها باید در
سنین زیر ۴۰ سال یا با فواصل کوتاهتر (هر ۲-۱ سال)
انجام شود.

این شرایط عبارتند از:

- ۱- وجود سابقه ابتلا به دیابت در بستگان درجه اول،
- ۲- سابقه ابتلای فرد به دیابت پنهان (مرحله پیش از دیابت)
- ۳- سابقه ابتلا به دیابت حاملگی، سابقه تولد نوزاد با وزن
بیشتر از ۴ کیلوگرم یا تولد نوزاد با ناهنجاری های مادرزادی،
- ۴- بالا بودن فشار خون (فشار خون ماکزیمم بیشتر از ۱۴۰ و
یا مینیمم بیشتر از ۹۰ میلی متر جیوه)،
- ۵- وجود اختلالات چربی خون یعنی تری گلیسرید بالاتر از
۲۵۰ و کلسترول با دانسیته کم (LDL) بیشتر از ۱۳۰ و یا
کلسترول با دانسیته بالا (HDL) کمتر از ۵۵ در خانم ها و
کمتر از ۴۵ در آقایان