



# مدينة الملك سعود الطبية KING SAUD MEDICAL CITY

## مرض السكري

ماهو مرض السكري ؟

هو ارتفاع معدل السكر في الدم عن مستواه الطبيعي , ويحدث نتيجة تلف خلايا بيتا الموجودة في البنكرياس والمسئولة عن إفراز هرمون الأنسولين فبتالي يقل إفراز هرمون الأنسولين , او عندما يقل استقبال خلايا الجسم لهذا الهرمون الضروري لتنظيم مستوى السكر بالدم .

### أنواع مرض السكري :

مرض السكري النوع الأول :

يشخص عادة في مرحلة الطفولة أو المراهقة والشباب نتيجة نقص "هرمون الأنسولين" فينعدم وجوده عند مريض السكري النوع الأول, لذلك يعتمدون بشكل كلي على "حقن الأنسولين" .  
ومن الضروري أن يتفهم المرضى أن هذا النوع لا يستجيب للعلاج بالحبوب .

الأسباب :

ليس هناك سبب محدد ولكن هناك عوامل مشتركة : مثل وجود عوامل وراثية مع تغيرات في البيئة المحيطة إضافة إلى احتمال وجود التهابات تؤدي إلى تغيير في المناعة ومن ثم تتكون مناعة ضد الخلايا المفرزة للأنسولين في البنكرياس مما يؤدي إلى تلف تلك الخلايا ومن ثم نقص الأنسولين .

مرض السكري النوع الثاني :

النوع الثاني من السكري يعتبر الأكثر انتشارا ويكثر غالبا في البالغين من العمر ويمكن أن يصيب الأطفال و خاصة الذين يعانون من السمنة , حيث يحدث نتيجة "قله فاعليه هرمون الأنسولين أو قلة إفرازه", أي انه متواجد ولكن قد تحدث مقاومه لعمله لذلك يقوم الطبيب المعالج بصرف حبوب تزيد من حساسية الأنسولين أو تزيد إفرازه من البنكرياس وقد تصرف لهم "حقن الأنسولين" إذا قل إنتاج الأنسولين في الجسم مع مرور الوقت.



## مدينة الملك سعود الطبية KING SAUD MEDICAL CITY

### أعراض الإصابة بالسكري :

- التبول المتكرر
- العطش المستمر
- الجوع الشديد
- فقدان الوزن
- خمول وتعب في الجسم
- تشوش بالنظر

### نصائح للتعايش مع السكري :

- ١- النظام الغذائي لمريض السكري يعتبر نظاماً صحياً فيفضل تناول جميع أفراد الأسرة نفس الطعام الصحي الذي يتناوله الطفل المصاب .
- ٢- ممارسة النشاط البدني المنتظم باعتدال .
- ٣- الالتزام بأخذ العلاجات في أوقاتها المحددة كما ذكر الطبيب .
- ٤- فحص نسبة السكر في الدم بانتظام في المنزل .
- ٥- الزيارة الدورية لطبيب السكر - أخصائي تثقيف السكر وأخصائي التغذية .
- ٦- يفضل حمل حقيبة صغيرة تحوي على عصير محلي - جهاز السكر- حقنة الجلوكاجون -وجبه خفيفة - بطاقة تعرف بأنك أحد مرضى السكر بالأخص عند ممارسة الرياضة المنهكة .