

## چه کسی مبتلا به دیابت است؟

اگر حداقل در دو نوبت آزمایش جداگانه طی دو روز، میزان قند خون ناشتا برابر یا بیشتر از ۱۲۶ میلی گرم در دسی لیتر باشد، تشخیص دیابت قطعی است.

## مراحل تشخیص دیابت



## دیابت نوع دو

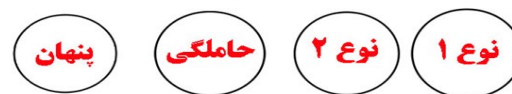
این نوع دیابت بیشتر در افراد بالغ و بعد از ۳۰ سالگی رخ می دهد. مبتلایان به دیابت نوع دو، عمدتاً چاق هستند و سابقه ابتلا به دیابت در اقوام آنها وجود دارد.



## دیابت به زبان ساده چیست؟

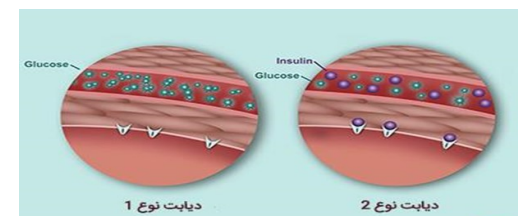
به اختلال سوخت و ساز مواد قندی در بدن، بیماری دیابت می گویند. این اختلال به دلیل عدم ترشح و یا ناکافی بودن ترشح انسولین ایجاد می شود؛ در نتیجه میزان قند خون بالا می رود.

## انواع دیابت



## دیابت نوع یک

این نوع دیابت به علت از بین رفتن کامل سلول های سازنده انسولین در بدن ایجاد می شود، در نتیجه ترشح انسولین متوقف و یا بسیار کم می شود.



کاهش وزن

خستگی زیاد

تاری دید

افزایش تعداد رفتن به دستشویی خصوصاً نیمه شب

تشنگی زیاد

تست تشخیصی دیابت نوع یک دردناک نیست و زمان کمی نیاز دارد.

علامت دیابت

علامت دیابت را نادیده نگیرید. سریعاً با پزشک تماس بگیرید.

# دیابت

## تبعیض نمی‌گذارد

پیر جوان  
غنی فقیر  
مرد زن

مراقب سلامت: خانم غیاث آبادی

برنامه کنترل دیابت شامل موارد زیر است:



## آیا دیابت قابل کنترل است؟

تا این لحظه هیچگونه درمان قطعی برای دیابت شناخته نشده است. اینکه از چه نوع درمانی برای کنترل دیابت استفاده شود کاملاً به میزان قند خون و نوع دیابت بستگی دارد. در دیابت نوع یک چون انسولین ترشح نمی‌شود و یا مقدار آن بسیار ناچیز است از همان ابتدا باید تزریق انسولین را آغاز کرد.

در دیابت نوع دو با کمک داروهای پایین آورنده قند خون، رعایت رژیم غذایی و ورزشی و فعالیت منظم می‌توان بیماری را کنترل کرد و قند خون را در محدوده طبیعی نگه داشت. داروهای پایین آورنده قند خون با تحریک ترشح انسولین و یا کاهش مقاومت نسبت به انسولین باعث بهتر شدن روند دیابت نوع دو می‌شود؛ اما این بیماران باید بدانند چنانچه با این روش‌ها میزان قند خون در حد مطلوب کنترل نشود تزریق انسولین لازم است.

## عوارض بیماری دیابت

افراد مبتلا به دیابت، در معرض افزایش خطر تعدادی از مشکلات سلامتی جدی هستند. بالا بودن مداوم سطح قند خون می‌تواند منجر به بیماری‌های جدی قلب و عروق خونی، چشم‌ها، کلیه‌ها، اعصاب و دندان‌ها شود. همچنین افراد مبتلا به دیابت، بیشتر در معرض خطر عفونت قرار دارند. تقریباً در تمام کشورهای پر درآمد، دیابت یکی از علت‌های اصلی بیماری‌های قلبی عروقی، کوری، نارسایی کلیه و قطع پا و اندام‌های تحتانی می‌باشد.

