



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

شبکه بهداشت و درمان شهرستان سقز
بیمارستان شفا شهرستان سقز

دیابت



تهیه و تدوین:

بهاءالدین ابراهیمی
پرستار بخش اورژانس

بیمارستان شفا شهرستان سقز

مشکلات بینایی:

شامل آب مروارید(کاتاراکت)، آب سیاه(گلوکوم) و از بین رفتن داخل کره چشم(رتینوپاتی) می باشد. در بیماران دیابتی با کنترل خوب قند خون تا حد زیادی می توان از بروز عوارض چشمی و دیابت جلوگیری کرد.یا زمان بروز آن را به تعویق انداخت. حتی گر این مشکلات پیش آمده باشد با کنترل خوب قند خون احتمال پیشرفت بیماری کاهش می یابد.

نکته‌ی مهم:

بیماران دیابتی در صورت داشتن تهوع و استفراغ، درد شکم، کاهش وزن غیر طبیعی، وجود بوی میوه در تنفس و یا کاهش هوشیاری باید سریعاً به پزشک خود مراجعه کنند.



۲- زخم پای دیابتی

در بیماران دیابتی به دلیل افزایش قند خون، به مرور حس درد و لمس دست و پا کاهش می یابد و به همین علت به این بیماران توصیه می شود برای جلوگیری از آسیب به پا های خود اقدامات زیر را انجام دهند:

۱- کنترل قند خون، اجتناب از چاقی، رعایت بهداشت پا، شستن روزانه‌ی جوراب‌ها و پاها با آب ولرم (برای تشخیص سردی و گرمی آب از آرنج خود استفاده کنید)

۲- کوتاه کردن با دقت ناخن‌ها و صاف کردن زاویه ناخن‌ها با سوهان

۳- به هیچ عنوان با پای برهنه راه نروید و از جوراب های نرم و ضخیم نخی یا کتان‌ی و از کفش‌های راحت، جادار، پنجه گرد و چسب دار استفاده کنید.

۴- هر روز کفش خود را از نظر پارگی، وجود ریگ یا هر چیزی دیگری که به پای شما آسیب می‌زند به دقت بررسی کنید.

۵- عصر هر روز تمام قسمت های پا و بین انگشتان خود را برای بررسی زخم یا هر مشکل دیگری به دقت مشاهده و لمس کنید.

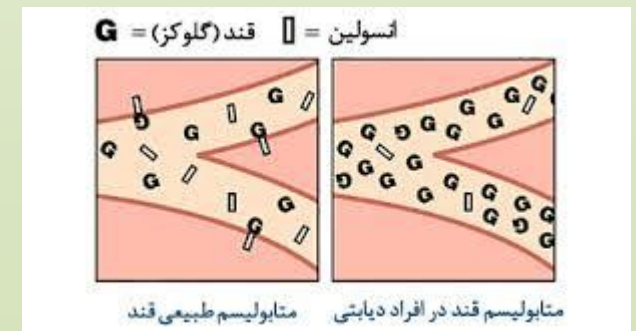
دیابت بیماری قند خون بالا:

دیابت بیماری مهمی است که به دلیل بالا بودن مداوم قند خون اتفاق می افتد.

این بیماری انواع مختلفی دارد از جمله الف) دیا بت نوع ۱ (ج) دیابت بارداری و ...

سه علامت شایع دیابت شامل پر خوری، پر نوشی و پر ادراری است. افزایش قند خون به دو علت می تواند اتفاق بیافتد. یا لوزالم عده قادر نیست به میزان کافی انسولین ترشح نماید و یا سلول های بدن نمی توانند به انسولین ترشح شده پاسخ داده و قند خون را به مصرف نمایند.

انسولین هورمونی است که در بدن تولید می شود و باعث می شود قند حاصل از مصرف غذاها در بدن مورد استفاد قرار گیرد.



دیابت نوع ۱

این بیماران اغلب لاغرند و معمولا شامل گروه سنی کودکان، نوجوانان و جوانان می شود. در بدن این افراد انسولین یا ساخته نمی شود و یا به میزان کم ساخته می شود بنابراین به تزریق انسولین نیاز دارند.

دیابت نوع ۲

اغلب این دیابتی ها چاق و در سنین بالا هستند. این افراد می توانند مدت ها با تغذیه صحیح و کاهش وزن بدن، قند خون خود را کنترل کنند در غیر این صورت جهت کنترل قند خون مجبور خواهند شد از قرص های خوراکی و یا انسولین استفاده کنند.



عوارض دیابت چیست:

مشکلات بینایی، کلیوی، قلبی - عروقی، اختلالات حسی، گزگز کردن دست ها و پاها، مشکلات گوارشی، مشکلات پوستی، افت قند خون و یا افزایش آن، اختلال در دستگاه ادراری - تناسلی و ...

۱- افت قند خون

افت قند خون به قند خون کمتر از ۷۰ در بیماران دیابتی و کمتر از ۶۰ در افراد غیر دیابتی اطلاق می شود؛ که به علت مصرف مقادیر بالاتر از حد نیاز دارو های ضد دیابت مانند انسولین و افزایش فاصله ی بین وعده های غذایی، فعالیت ورزشی بیش از حد، مصرف الکل، مواد مخدر و .. اتفاق می افتد.

موارد زیر باید مورد توجه قرار گیرد:

- اندازه گیری مرتب قند خون و افزایش تعداد وعده های کم دجم غذایی برای پیشگیری از افت قند خون مفید است

- در صورت افت قند خون، سه حبه قند یا یک قاشق عسل یا نصف لیوان آبمیوه مصرف کنید - اگر پس از ۱۵ دقیقه قند خون بالای ۷۰ نرسید، موارد بالا تکرار شود و اگر رفع شد، می توانید نان مینیر یا یک لیوان شیر مصرف کنید.