

## دیابت و دیالیز

### دیابت چیست؟

دیابت عارضه ای است که در آن میزان قند خون بسیار بالاست و بدن نمی تواند از قند انباشته شده در خون استفاده کند. ممکن است پانکراس نتواند انسولین تولید کند یا میزان انسولین تولیدی کافی نیست یا انسولین تولیدی به درستی عمل نمی کند.

میزان قند خون توسط انسولین تنظیم شده و انسولین توسط پانکراس تولید می شود. این هورمون قند را وارد سلول می کند تا برای تولید انرژی مورد استفاده قرار بگیرد.

### انواع دیابت:

- 1- دیابت نوع 1
- 2- دیابت نوع 2
- 3- دیابت حاملگی
- 4- دیابت ملیتوس

### دیابت نوع یک:

در این نوع از دیابت ، بدن قادر به تولید انسولین تولید نیست یا میزان انسولین تولیدی کم است. در نتیجه به دلیل کاهش یا عدم وجود انسولین در بدن قند خون ناشی از مصرف غذا در جریان خون باقی می ماند و افزایش قند خون در فرد مبتلا

دیده می شود. 10-5 درصد بیماران مبتلا به دیابت، نوع یک هستند. شروع این نوع دیابت ناگهانی و معمولاً قبل از 30 سالگی است.

### دیابت نوع دو:

90-95 درصد بیماران مبتلا به دیابت نوع دوم هستند. معمولاً در افراد بالای 30 سال و مبتلا به چاقی بروز می کند. در این نوع دیابت بدن قادر است هنوز مقداری انسولین تولید کند ، اما انسولین تولید شده به درستی عمل نمی کند. مقاومت به انسولین و اختلال در ترشح آن دو شکل عمده در ارتباط با دیابت نوع دوم است.

**دیابت حاملگی:** شروع این نوع از دیابت در دوران حاملگی است.

### میزان مجاز قند خون:

بالا بودن غیر طبیعی سطح گلوکز (قند) خون معیار اصلی برای تشخیص دیابت است. اگر قند خون ناشتا بیشتر از 126 میلی گرم در دسی لیتر یا قند خون تصادفی بیشتر از 200mg/dl باشد تشخیص دیابت مطرح می شود.

### دارو درمانی در دیابت:

اگر تشخیص داده شد که شما به دیابت مبتلا هستید پزشک درمان دارویی مناسب را برای شما شروع خواهد کرد. دارو

درمانی، دیابت شما را معالجه نخواهد کرد و شما باید این دارو ها را تحت نظر پزشک مادام العمر مصرف کنید. اما داروها با کاهش علائم دیابت و کاهش بروز عوارض به شما کمک می کنند که احساس بهتری داشته باشید و عوارض کمتری را تجربه کنید.

بستگی به نوع دیابت شما، پزشک ممکن است برای شما داروهای خوراکی یا تزریقی را شروع کند. آنچه که اهمیت دارد این است که داروی تجویز شده طبق دستور پزشک و با همان میزان توصیه شده مصرف شود. این که بدانید دارو چگونه عمل می کند و آگاهی از عوارض جانبی دارو نیز بسیار حائز اهمیت است.

همه افراد مبتلا به دیابت نوع یک و برخی از افراد مبتلا به دیابت نوع دو نیاز به تزریق انسولین دارند. در صورتی که پزشک انسولین را برای شما تجویز کرد باید به همان میزان توصیه شده تزریق شود شما مجاز به کاهش یا افزایش میزان انسولین تجویز شده نیستید.

نحوه تزریق انسولین به صورت تزریق با سرنگ تزریق انسولین های قلمی یا از طریق پمپ انسولین است.

انسولین در زیر پوست تزریق می شود شما میتوانید در قسمت شکم، باسن، ران ها یا قسمت بالای بازو تزریق نمائید. یکی از موارد مهم این است که شما یا یکی از نزدیکان شما تزریق



بیمارستان شهید محمدی

## دیابت و دیالیز

ویژه آموزش به بیمار

تهیه کننده:

ثریا محمود ابادی

منابع:

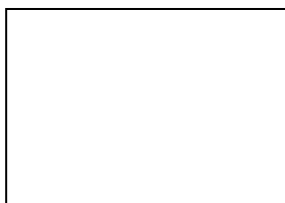
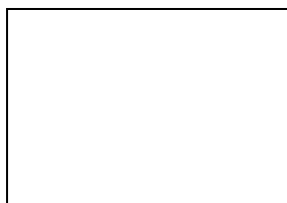
پرستاری داخلی و جراحی کبد و غدد برونر و سودا

ویرایش دوازدهم 2010

تابستان 95

تایید مسئول علمی بخش

تایید کمیته آموزش به بیمار



انگشت خود گرفته و آن را روی نوار مخصوصی قرار دهید  
دستگاه بطور خودکار از روی نوار اندازه قند خون شما را نشان  
می دهد.

در خصوص استفاده از این دستگاه باید آموزش لازم داده شود..  
بسیار ضرورت دارد به بیماران شرایط اورژانسی مراجعه به  
پزشک با توجه به میزان قند خون خود، آموزش داده شود.  
بنابراین می توانید از پزشک و پرستار خود کمک بگیرید.

### آموزش مراقبت از خود به بیمار:

به دلیل عوارض ناشی از افزایش قند خون بیمار باید از این  
عوارض و نحوه کنترل آنها اطلاع کافی داشته باشد.

از جمله موارد مهم برای پیشگیری از بروز اختلالات بینایی  
مراجعات منظم به چشم پزشک را مد نظر قرار دهد.

بدلیل تاثیر افزایش قند خون بر کلیه مراجعه به متخصص  
نفرولوژی ضرورت دارد.

مراقبت از پاها و جلوگیری از بروز زخم در پاها از آموزش های  
ضروری برای بیماران دیابتی است. ارجاع بیماران به کلینیک  
دیابت از اهمیت خاصی برخوردار است.

دانشگاه علوم پزشکی بندر عباس

انسولین را به صورت دقیق آموزش ببیند و از عوارض ناشی از  
مصرف نادرست آن آگاهی داشته باشید.

### توصیه های مهم در بیماران مبتلا به دیابت:

در صورتی که شما مبتلا به دیابت هستید با وجودی که تحت  
درمان و نظر پزشک هستید رعایت نکات زیر بسیار مهم و حائز  
اهمیت است:

#### 1- کنترل رژیم غذایی:

اساس درمان دیابت علاوه بر دارو درمانی کنترل رژیم غذایی و  
کنترل وزن است. هدف اصلی کنترل کالری دریافتی در نتیجه  
کنترل سطح قند خون و کنترل وزن است.

شما باید با مراجعه به متخصص تغذیه، رژیم غذایی مناسب و  
آموزش های لازم در این زمینه را دریافت نمایید.

#### 2- کنترل قند خون توسط خود بیمار:

خود کنترلی، امکان شناسایی و پیشگیری از افت یا افزایش قند  
خون را در طی درمان فراهم میکند. رساندن قند خون به حد  
طبیعی باعث کاهش عوارض دراز مدت دیابت می شود.

بیمار دیابتی باید قادر باشد به طور منظم با استفاده از  
دستگاههای چک قند خون، میزان قند خون را در منزل چک  
نماید. در این روش شما می توانید یک قطره خون از نوک