

## دیابت چیست؟

یک اختلال در سوخت و ساز ( متابولیسم ) بدن است که در آن انسولین به مقدار کافی در بدن وجود ندارد ( دیابت نوع ۱ ) یا انسولین موجود قادر نیست اعمال خود را به درستی انجام دهد و در نتیجه به علت وجود مقاومت در برابر آن ، قند خون بالا می رود . در واقع نارسایی در تولید انسولین یا اثر انسولین و یا هر دوی این عوامل منجر به افزایش قند خون ( هایپر گلیسمی ) می شود . این امر در دراز مدت ضمن آسیب به اندام ها و بافت های گوناگون ، عملکرد بدن را با اختلال روبه رو می کند .

**علائم دیابت :** پر ادراری ( تکرر ادرار ) ، تشنگی شدید ، گرسنگی شدید ، کاهش وزن ، خستگی مفرط ، بی حوصلگی و عدم تمرکز ، احساس سوزش و خارش یا بی حسی در دست ها یا پاها  
سایر علائم شامل تاری دید ، عفونت های مکرر و بهبود دیر هنگام زخمها است .

## انواع دیابت

**دیابت نوع ۱ :** دیابت نوع ۱ بیماری سیستم دفاعی بدن است . در این بیماری سلولهای انسولین ساز پانکراس تخریب می شوند . در نتیجه انسولین بسیار ناچیز است و یا اصلاً تولید نمی شود . این افراد باید انسولین تزریق کنند . این نوع دیابت را دیابت کودکان و نوجوانان نیز می نامند و در این گروه سنی شایع تر است .

**دیابت نوع ۲ :** علت بروز آن مقاومت به انسولین است . مبتلایان به این نوع نمی توانند از انسولین ساخته شده در بدن خود استفاده کنند . آنها غالباً می توانند با ورزش و رژیم مناسب غذایی دیابت خود را کنترل و مدیریت کنند . به هر حال در موارد بسیاری هم نیاز به داروهای خوراکی و گاهی هم تزریق انسولین است .

## دیابت بارداری

دیابت بارداری ( GDM ) نوعی از دیابت است که در آن زنان بدون سابقه قبلی ابتلا به دیابت ، در طول دوران بارداری دچار افزایش قند خون می شوند . دیابت بارداری تقریباً در ۴ درصد از زنان باردار به چشم می خورد . این نوع دیابت نشانه های آشکار ندارد و معمولاً با اتمام دوره بارداری ناپدید می شود . با این حال کودک و مادر هر دو مستعد ابتلا به دیابت می شوند . فرزندان مادران مبتلا به دیابت بارداری ممکن است در زمان بارداری آن قدر چاق شوند که دچار عوارض زایمان گردند . آنها غالباً در معرض ابتلا به عدم تحمل گلوکز و چاقی فرار دارند . احتمال ابتلا به دیابت نوع ۲ در زنانی که در طول بارداری مبتلا به دیابت شده اند ، در سالهای بعدی عمر افزایش می یابد .

## انواع اختصاصی دیابت

این نوع از دیابت در اثر نقایص ژنتیکی در اعمال سلولها ، عمل انسولین ، بیماریهای پانکراس ، بیماریهای غدد اندوکرین، داروها و مواد شیمیایی ، عفونت ها و سندرم های ژنتیکی ناشی می شود .

## عوارض دیابت

دیابت بیماری مزمن و مادام العمری است که نیاز به پایش و کنترل دقیق دارد . مدیریت نامناسب دیابت منجر به افزایش بیش از حد قند خون می شود . این مسئله نیز باعث آسیب دراز مدت به بدن و نارسایی اندام ها و بافت های گوناگون آن می شود .

عوارض دیابت عبارتند از :

عوارض قلبی - عروقی دیابت ، قلب و رگهای خونی را تحت تاثیر قرار می دهد و ممکن است منجر به عوارض مرگباری چون بیماری عروق کرونر و در نتیجه سکته قلبی شود .

عوارض کلیوی ( نوروپاتی دیابتی ) که منجر به از کار افتادگی کلیه ها و نیاز به دیالیز یا پیوند کلیه می شود .

عوارض عصبی ( نوروپاتی دیابتی ) که می تواند نهایتاً منجر به زخم و یا قطع پا شود .

عوارض چشمی ( رتینوپاتی دیابتی ) که با آسیب به شبکیه چشم می تواند منجر به نابینایی گردد.