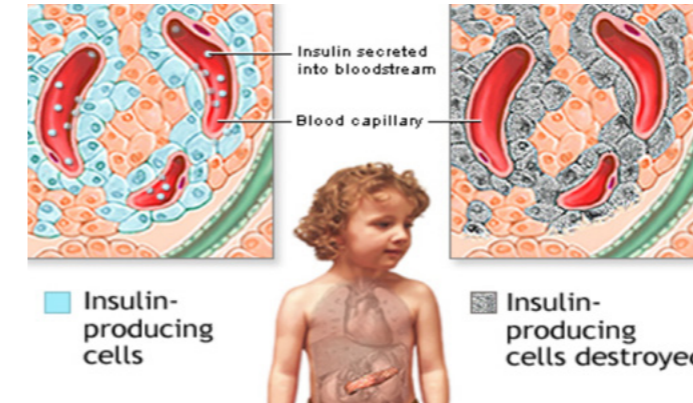


# السكري: وقاية وعلاج

- «مخزون السكر» < ١,٤٪ (معدل ارتفاع السكر في الشهرين السابقين)

ما هي انواع السكري؟

• النوع الأول (١٠٪) - النوع الثاني (٩٠٪) - سكري الحمل - السكري السببي



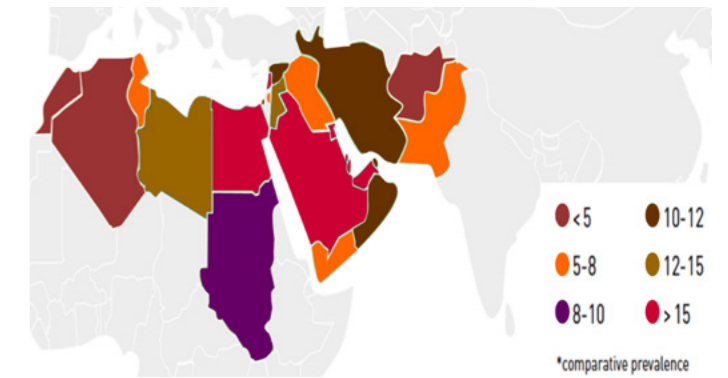
اعداد د.ريتا مدلج  
اخصائية في امراض السكري  
والغدد الصماء



يعود ارتفاع نسبة السكر (أو الجلوكوز) في الدم الى سبب الضعف في افراز او فعالية الأنسولين او الأثنين معا.

لماذا الاهتمام العالمي بالسكري؟

ان انتشار السكري تضاعف كل ٢٠ سنة ومنذ ١٩٤٥. وهو يصيب حاليا اكثر من ٣٤٧ مليون نسمة في العالم. كما ان هناك حالات عديدة غير مشخصة (٣٠٪).



ويعتبر السكري سبب رئيسي لتلف شبكة العين ولقصور الكلى كما ان مريض السكري يكون عرضة لأمراض القلب والشرايين ٣-٤ مرات اكثر. وفي الواقع. فان مضاعفات السكري تشكل كلفة باهظة على المجتمع وتخفّض من الإنتاجية.

كيف نشخص السكري؟

- السكر على الريق < ١٢٦ مغدل

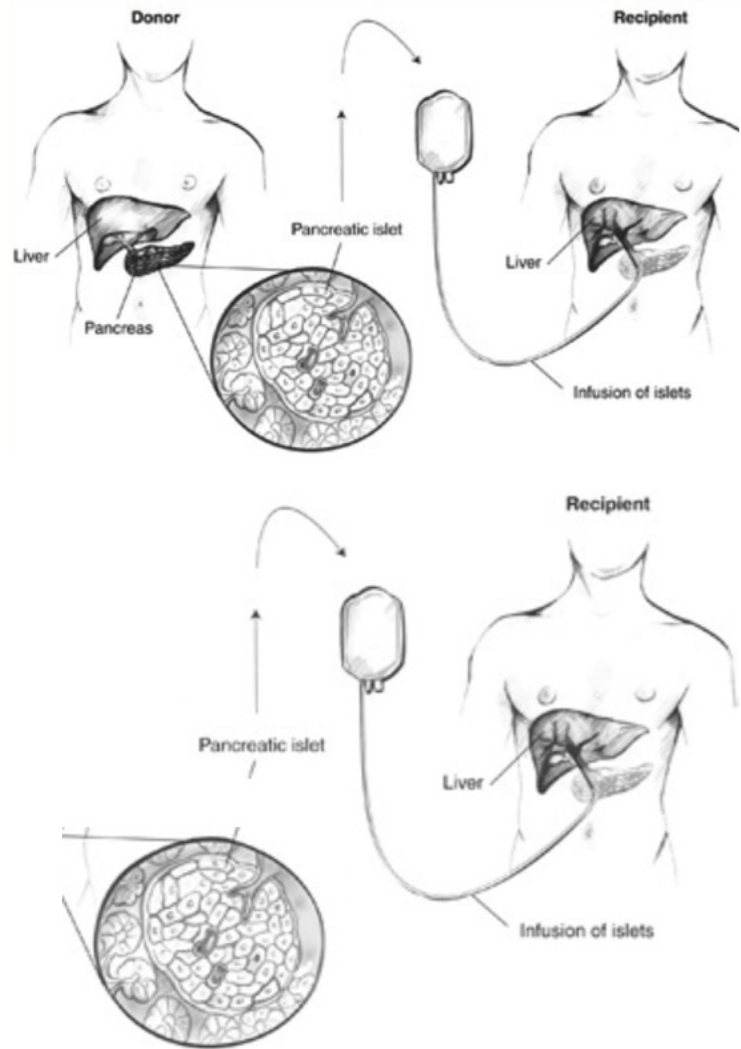
- عوارض ارتفاع نسبة السكري في الدم + سكر < ٢٠٠ مغدل

- السكر ساعتين بعد ٧٥ غ سكر < ٢٠٠ مغدل

ومنها: الرياضة المنتظمة والنظام الغذائي السليم وتجنب السمنة.

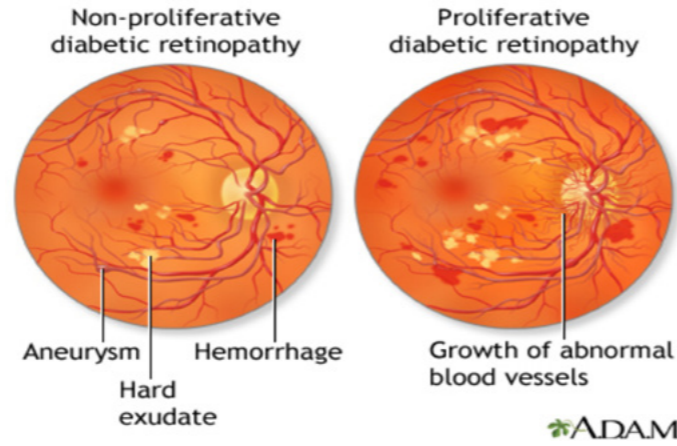
ما الجديد في علاج السكري:

- ادوية جديدة للسكري النوع الثاني
- انواع جديدة من الأنسولين (بالفم...)
- وسائل جديدة للمراقبة اليومية المستمرة
- ال (Closed loop systems (miniature artificial pancreas)
- زرع خلايا البنكرياس بيتا والعلاج بالخلايا الجزعية (Islet cell transplant & Stem cell therapy)



باختصار اصبحت وسائل الضبط المكثف للسكري الذي بقي من مضاعفاته متوفرة. والابحاث حول العلاج تعتبر متقدمة.

(هذا ملخص لعرض قدمته الدكتورة ريتا مدلج خلال مؤتمر "سوا ضد السكري").



واللافت هنا ان الضبط المكثف المبكر للسكري بقي من مضاعفاته. يزيد خطر هبوط السكر عند المتقدمين في السن وعند الذين يعانون من اوضاع صحية معينة او اوضاع حياتية ومهن معينة . اما بالنسبة لركائز العلاج فهي: الغذاء السليم والرياضة والدواء المناسب.

وفي غضون ذلك. فان الادوية الفموية للسكري من النوع (٢): تساعد غدة البنكرياس على انتاج مادة الانسولين. وهي تساعد ايضاً خلايا الجسم على استعمال الأنسولين بطريقة أفضل وعلى تخفيف امتصاص المأكولات.

وهناك انواع جديدة من الحبوب تتميز بالتالي:

- تؤخذ مرة واحدة في اليوم
- لا تعرّض المريض لانخفاض مؤد في مستوى سكر الدم
- ولا تعرّض المريض لزيادة في الوزن.

اما في ما يتعلق بالانسولين: هناك انواع مختلفة: السريع جدا - السريع - العادي - المتوسط المفعول - البطيء - المزدوج ويبقى الأهم وهو ضرورة اجراء المتابعة المستمرة مع الطبيب واجراء الفحص السريري والفحوصات الدورية.

لا توجد حتى اليوم وسيلة مضمونة للوقاية من السكري النوع (١)

اما توجد وسائل مثبتة علميا للوقاية من السكري النوع (٢):

