

**Diabetes mellitus**، که معمولاً دیابت نامیده می‌شود، بیماری‌ای است که در آن بدن شما انسولین تولید نمی‌کند یا نمی‌تواند مقادیر طبیعی انسولین را به درستی مصرف کند. انسولین یک هورمون است که میزان قند موجود در خون را تنظیم می‌کند. سطح قند خون بالا می‌تواند در بسیاری از نقاط بدن باعث ایجاد مشکلات شود.

#### انواع دیابت:

- دیابت نوع ۱ معمولاً در بچه‌ها اتفاق می‌افتد. این بیماری همچنین به نام دیابت شیرین یا مبتلا به دیابت وابسته به انسولین نامیده می‌شود. در این نوع، پانکراس شما به اندازه کافی انسولین تولید نمی‌کند و شما باید تزریق انسولین انجام دهید.
- دیابت نوع ۲ که شایعتر است، معمولاً در افراد بالای ۴۰ سال رخ میدهد و به دیابت غیر وابسته به انسولین معروف است. در این نوع، پانکراس شما انسولین تولید می‌کند، اما بدن شما از آن به درستی استفاده نمی‌کند. سطح بالای قند خون اغلب می‌تواند با رژیم غذایی و یا مصرف دارو کنترل شود، اگر چه برخی از بیماران باید انسولین را دریافت کنند.

به دنبال دیابت، عروق خونی کوچک بدن آسیب می‌بینند. هنگامی که رگ‌های خونی در کلیه‌ها آسیب می‌بینند، کلیه‌های شما نمی‌توانند خون شما را به درستی تصفیه کنند. بدن شما آب و نمک بیشتری نسبت به حالت طبیعی دریافت می‌کند، که می‌تواند سبب افزایش وزن و انقباض عضلانی شود. شما ممکن است دفع پروتئین در ادرار داشته باشید. همچنین، مواد زائد در خون شما ایجاد می‌شود. دیابت همچنین ممکن است موجب آسیب اعصاب در بدن شما شود. که می‌تواند باعث آسیب به مثانه شما شود. فشار حاصل از مثانه پر می‌تواند کلیه‌ها را از بین ببرد. همچنین اگر ادرار در مدت زمان طولانی در مثانه شما باقی بماند، می‌تواند باعث گسترش عفونت ناشی از رشد سریع باکتری‌ها در ادرار که دارای سطح شکر بالا است، شود.

حدود ۳۰ درصد از بیماران مبتلا به نوع ۱ (نوجوانان مبتلا به دیابت) و ۱۰ تا ۴۰ درصد از افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ (بالغین) در نهایت منجر به نارسایی کلیه خواهند شد.

#### علامت اولیه:

- افزایش دفع آلبومین در ادرار (اولین نشانه بیماری کلیوی دیابتی)
  - افزایش وزن
  - تورم مچ پا
- به عنوان یک فرد مبتلا به دیابت، باید قند خونتان، ادرار و فشار خون حداقل یک بار در سال بررسی شود. این امر منجر به کنترل بهتر بیماری و بهبود سریعتر فشار خون بالا و بیماری کلیوی می‌شود. کنترل دیابت می‌تواند خطر ابتلا به نارسایی کلیه را کاهش دهد.

#### علامت ثانویه:

- افزایش سطح نیتروژن اوره (BUN) و کراتینین در خون
- تهوع و استفراغ
- ضعف و بی‌اشتهایی
- خستگی
- گرفتگی عضلات (به خصوص در پا)
- کم‌خونی

## جلوگیری از آسیب کلیوی:

برای تشخیص اینکه آیا دیابت به کلیه شما آسیب زده یا نه، به پزشک خود مراجعه کنید. سایر بیماری‌ها نیز می‌توانند آسیب کلیه را ایجاد کنند. با این حال برخی از اقدامات پیشگیری کننده از آسیب کلیوی شامل موارد زیر است:

- کنترل دیابت
- کنترل فشار خون بالا
- درمان عفونت‌های دستگاه ادراری
- تصحیح هر گونه مشکل در سیستم ادراری
- اجتناب از مصرف داروهای که ممکن است به کلیه‌ها آسیب برساند.



## درمان:

مرحله نهایی نارسایی کلیوی زمانی اتفاق می‌افتد که کلیه‌های شما دیگر قادر نیستند سلامت شما را حفظ کنند و در این حالت دیالیز یا پیوند ضروری است (زمانی که کلیه‌های شما در حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد عملکرد دارند) در نارسایی کلیوی ناشی از دیابت میتوان از سه نوع درمان استفاده نمود:

- پیوند کلیه
  - همودیالیز
  - دیالیز صفاقی
- بیماران مبتلا به دیابت مبتلا به پوکی استخوان می‌شوند. بعد از پیوند کلیه، فرد به دوز بالاتر از انسولین نیاز دارد. اشتهای بیمار بهبود مییابد، بنابراین کلیه جدید، انسولین را بهتر تجزیه خواهد کرد. اگر پیوند کلیه پس بزند، دیالیز تا زمان پیوند کلیه دوباره برای فرد انجام می‌شود.
- با کنترل منظم فشار خون و گلوکز خون حتی در منزل می‌توانید دیابت خود را کنترل کنید

منبع: medlineplus

شماره سند: 96/EQ/111 شماره بازنگری: ۵ تاریخ بازنگری: ۰۳/۱۱/۲۰	عنوان سند: بمفدت آموزشی ویژه بیماران	 دفتر بهبود کیفیت و آموزش بیمارستان ۲۲ بهمن
--	--	--

# دیابت



کلینیک آموزش سلامت

بیمارستان ۲۲ بهمن

۳۲۵۹۵۵۱۶ - داخلی ۳۰۹