

دیابت چیست؟

دیابت ملیتوس که با عنوان دیابت شناخته می شود با افزایش سطح قند خون ناشی از کاهش ترشح انسولین و یا اختلال عملکرد انسولین و یا هر دو مشخص می شود.

انواع دیابت

- ✓ دیابت نوع 1
- ✓ دیابت نوع 2
- ✓ دیابت بارداری

1 دیابت نوع یک

دیابت وابسته به انسولین

2 دیابت نوع دو

دیابت بزرگسالان



دیابت نوع 1:

5 تا 10 درصد از موارد ابتلا دیابت را به خود اختصاص می دهد، در دیابت نوع 1 پانکراس قادر به ساختن انسولین نمی باشد. بدن همچنان از طریق مصرف غذا، گلوکز (قند) دریافت می کند اما گلوکز نمی تواند وارد سلول شود . برای حل این مشکل فردی که به دیابت نوع 1 مبتلاست نیاز به دریافت انسولین از طریق تزریقات منظم دارد.

دیابت نوع 2:

90 تا 95 درصد دیابت را به خود اختصاص می دهد . در دیابت نوع 2 پانکراس انسولین می سازد ولی ترشح آن کاهش یافته و یا به درستی در بدن عمل نمی کند. زیرا سلول ها نسبت به عمل انسولین مقاومت می کنند که دلیل اصلی این مقاومت چاقی و اضافه وزن است.

دیابت بارداری:

بروز آن در طی حاملگی و معمولا در سه ماهه دوم یا سوم می باشد، علت آن ، ترشح هورمون های جفت است که باعث مهار عملکرد انسولین می شود.

ممکن است در حاملگی های بعدی نیز عود کند

میتواند منجر به دیابت نوع 2 شود (30 تا 40 درصد موارد)

علائم هشداردهنده ابتلا به دیابت:

1. پراداداری
2. پرخوری
3. پر نوشی (تشنگی بیش از حد)
4. احساس خستگی زیاد
5. کاهش وزن

علائم افت قند خون :

- احساس گرسنگی ، رعشه و یا لرز
- تعریق، اضطراب یا بی قراری
- رنگ پریدگی، ضربان تند قلب یا تپش قلب
- مور مور شدن لب ها

در صورتی که پایین افتادن قند خون ادامه یابد، علائمی همچون تاری دید، سردرد، سرگیجه، عصبانیت، صحبت های نامربوط، رفتارهای غیر عادی و کاهش سطح هوشیاری در شما ایجاد خواهد شد .



کتواسیدوز دیابتی:

- در صورتی که قند شما بالای 250 باشد و علاوه برعلائم دیابت مانند پرخوری، پرنوشی، پراداداری، دچار تهوع و استفراغ، دل درد، بوی استون یا میوه از دهان شدید سریعاً به بیمارستان مراجعه نمایید تا از نظر عارضه کتواسیدوز دیابتی (اسیدی شدن خون) بررسی شوید.
- توجه نمایید در صورتی که دیابت نوع یک دارید و نیازمند تزریق انسولین تا پایان عمر خود هستید فراموش کردن دوز انسولین و عدم وجود انسولین در بدن شما را مستعد این عارضه دیابت می کند، بنابراین در هیچ شرایطی نباید انسولین خود را قطع نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی
استان قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

دیابت ملیتوس



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری تابستان 1405

مراقبت های مهم در دیابت:

مراقبت از چشم:

- ❖ مراجعه به چشم پزشک حداقل سالی دو بار
- ❖ اطلاع به پزشک در صورت تاری دید و دیدن خطوط سیاه یا مگس پران

مراقبت از کلیه ها:

- ✓ کنترل قند خون و حفظ آن به کمتر از 180
- ✓ چکاب سالیانه و درمان عفونت ادراری در صورت وجود

مراقبت از پاها:

- معاینه روزانه کل پا از کف پا تا بالای زانو
- صاف گرفتن ناخن ها
- چرب نگه داشتن پاها به جز لای انگشتان
- استفاده از دمپایی رو فرشی در منزل
- استفاده از کفش طبی و راحت (ترجیحا چرم)
- تکان دادن کفش جهت خروج سنگریزه قبل از پوشیدن
- پرهیز از قرار دادن پا در کنار وسایل گرمازا مثل بخاری و کرسی و
- پرهیز از تماس کف پا با اجسام داغ

در صورت داشتن سوال در منزل، 8 تا 14 با شماره تلفن
027-33790620 داخلی 5097 واحد آموزش
سلامت تماس بگیرید .



تشخیص دیابت:

قند خون طبیعی

قند خون ناشتا: کمتر از 100 میلی گرم در دسی لیتر
تست تحمل گلوکز خوراکی: کمتر از 140 میلی گرم در دسی لیتر

قند خون در مرحله پیش دیابت:

قند خون ناشتا: 100-125 میلی گرم در دسی لیتر
تست تحمل گلوکز خوراکی: 140-199 میلی گرم در دسی لیتر

قند خون در فرد مبتلا به دیابت:

قند خون ناشتا: بیشتر از 126 میلی گرم در دسی لیتر
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 200 میلی گرم در دسی لیتر
قند خون در فرد مبتلا به دیابت بارداری:

در فردی که دیابت ندارد:

قند خون ناشتا: بیشتر از 92 میلی گرم در دسی لیتر
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 125 میلی گرم در دسی لیتر

در فردی که دیابت دارد:

قند خون ناشتا: بیشتر از 95 میلی گرم در دسی لیتر
تست تحمل گلوکز خوراکی: بیشتر از 129 میلی گرم در دسی لیتر