دانشگاه علوم پزشکی قزوین

مرکز تحقیقات بیماری‌های غیرواگیر

عنوان:

دیابت و عفونت ادراری

بخش داخلی

SCAN ME

پاییز ۱۴۰۳

تعریف دیابت:

دیابت یا بیماری مرض قند، یک اختلال متابولیک (سوخت و سازی) در بدن است. در این بیماری توانایی تولید انسولین که نقش آن پایین آوردن قند خون است، از بین می‌رود و یا بدن در برابر انسولین مقاوم می‌شود. بنابراین انسولین تولیدی نمی‌تواند عملکرد طبیعی خود را انجام دهد. در بیماری دیابت، انسولین در بدن به مقدار کافی ساخته نمی‌شود یا ممکن است انسولین نتواند کار خود را به خوبی انجام دهد. در نتیجه قند خون از میزان طبیعی آن بالاتر می‌رود.

انواع دیابت:

✓ **دیابت نوع ۱:**

معمولا شروع بیماری از کودکی است و انسولین بدن تقریبا به صفر رسیده است و جهت درمان باید انسولین تزریق کند.

✓ **دیابت نوع۲:**

معمولا شروع دیابت از میانسالی است و کمبود انسولین نسبی وجود دارد و می‌توان در شروع درمان ازقرص‌های کاهش دهنده قند خون استفاده کرد.

✓ **دیابت بارداری :**

در مادرانی که قبل از بارداری سابقه قند بالا و دیابت نداشته‌اند ولی سابقه اضافه وزن، دیابت در خانواده، تنبلی تخمدان، فشار خون یا بیماری قلبی داشته‌اند ممکن است به دیابت بارداری مبتلا شوند.

راه های پیشگیری از عفونت ادراری:

از آنجا که عفونت ادراری در دیابتی‌ها به علت آسیب اعصاب مثانه و قند خون بالا بیشتر است لذا رعایت نکات زیر برای کاهش عفونت ادراری ضروری است

۱. کنترل قند خون با اندازه‌گیری قند ناشتا و بعد غذا با دستگاه گلوکومتر حداقل یک تا دو بار در هفته و رعایت رژیم غذایی طبق نظر متخصص تغذیه

۲. کنترل فشار خون بالا با رعایت رژیم و مصرف دارو

۳. عدم استفاده خودسرانه از آنتی بیوتیک

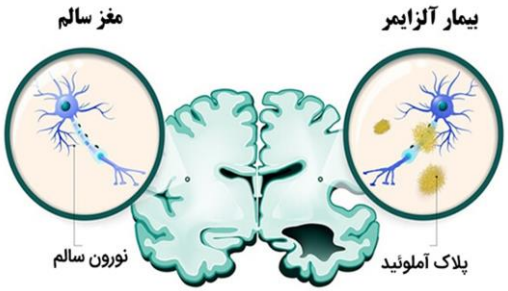
۴. شستشو و خشک کردن ناحیه بعداز ادرار کردن

۵.مصرف آب کافی طی روز (در افراد سالم که نارسایی کلیه یا نارسایی قلب ندارند تا ۸ لیوان در روز)

۶. مراجعه به پزشک در صورت بروز علائم سوزش ادرار، خارش ناحیه تناسلی، تکرر ادرار، نیاز به دفع اورژانسی ادرار ، بی اختیاری ادرار حتی بدون تب

عوارض شایع بیماری دیابت:

✓ سکته مغزی ، آلزایمر و فراموشی



✓ خونریزی شبکیه چشم، آسیب شبکیه چشم، نابینایی آب سیاه، آب مروارید، گل مژه ،ضعیف شدن چشم و تاری دید ناشی از تغییرات قند خون یا کشاله ران

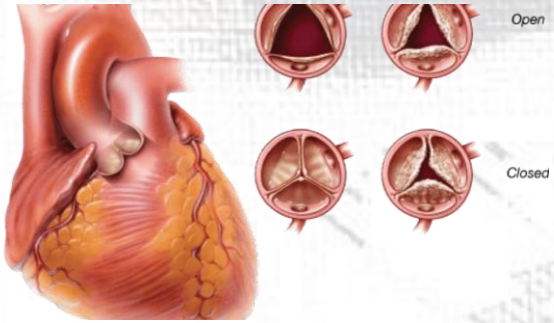
✓ سکته قلبی، نارسایی قلبی، درد قفسه سینه

✓ آسیب اعصاب مثانه و سخت شدن دفع ادرار، بی‌اختیاری ادرار و ابتلا بیشتر به عفونت ادراری

✓ ایجاد خشکی و ترک در پوست پا و زخم در پا به علت عفونت یا تنگی عروق پا آسیب اعصاب پا یا تغییرشکل پاها به علت کفش نامناسب یا آسیب اعصاب پا

✓ نارسایی کلیه، دفع پروتئین در ادرار ، ورم پاها

✓آسیب اعصاب پاها و احساس سوزن سوزن شدن یا گرمی یا سردی یا مورمورشدن دریاها که بیشتر در شبها ایجاد می شود.

✓ابتلا بیشتر به قارچ واژن و قارچ پوستی در ناحیه چینهای بدن مثل زیر پستان یا کشاله ران

✓فشار خون بالا و تنگی عروق پاها و عروق قلب و مغز