



تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



مضاعفات السكري المزمنة

**Diabetes Mellitus
Complication**

إذا لم يلتزم المريض بالحمية والعلاج ولم تكن قراءات السكر في المعدل الطبيعي فقد يؤدي ذلك إلى الإصابة بمضاعفات السكري المزمنة.

تحدث مضاعفات السكري تدريجياً، فكلما كانت الإصابة بالسكري في وقت أبكر، ولم يتم التحكم به كلما زادت احتمالية الإصابة بهذه المضاعفات.



مضاعفات السكري:

• مضاعفات السكري على العين:

يؤثر ارتفاع السكر في الدم على الأوعية الدموية الدقيقة التي تغذي شبكية العين، ويؤدي ذلك إلى اضطراب في الإبصار وقد يصل إلى العمى، ويؤدي أيضاً إلى الإصابة بالمياه البيضاء (الكاتراكت).

• الاعتلال العصبي:

تؤثر زيادة السكر في الدم على الأوعية الدموية الدقيقة التي تغذي الأعصاب، خاصة بالأطراف (اليدين والقدمين) وذلك يؤدي إلى الشعور بالألم أو الوخز، وفقدان جزئي لحاسة اللمس، فقد الإحساس بالحرارة والألم، إذ يتعذر على المريض الشعور بالجروح أو الالتهابات الجلدية التي قد تحدث في القدمين.

• أمراض القلب والشرايين:

يزيد مرض السكر احتمالية الإصابة بأمراض القلب والشرايين مثل: الذبحة الصدرية، والجلطات، وقصور وظيفة عضلة القلب. وينتج ذلك بسبب انسداد الشرايين التي تغذي عضلة القلب.

• مشاكل الكلى:

تحتوي الكلى على الملايين من وحدات تنقية الدم، وارتفاع السكر قد يؤدي إلى إتلاف هذه الوحدات مما يؤدي إلى الفشل الكلوي.

• تأثير السكري على صحة الفم:

مريض السكر أكثر عرضة من غيره للإصابة بأمراض الفم والأسنان؛ لنقص هرمون الإنسولين، مما يؤدي إلى زيادة السكر في الدم والتعرض للالتهابات وضعف قدرة الجسم على مكافحة الجراثيم.

الأعراض:



- العطش وجفاف الفم.
- ألم شديد بالأسنان واللثة.
- تسوس الأسنان.

الوقاية من مضاعفات السكري:

- الحفاظ على المستوى الطبيعي للسكر في الدم.
- الحفاظ على المستوى الطبيعي لضغط الدم.
- الحفاظ على المستوى الطبيعي للكوليسترول.
- يجب زيارة الطبيب بشكل دوري لفحص الأعصاب والقدمين، وكذلك يجب إجراء فحص دوري للقلب والأذنين ووظائف الكلى مرة كل سنة على الأقل.
- فحص العين مرة واحدة سنوياً عند الطبيب.
- مراجعة طبيب الأسنان مرتين سنوياً.
- تنظيف الأسنان بالفرشاة والمعجون بعد كل وجبة.
- استخدام خيط الأسنان.

- استخدام الأدوية اللازمة الموصوفة من قبل

الطبيب.

- متابعة فحص وظائف الكلى.

- الالتزام بالغذاء الصحي المناسب لمريض السكر.

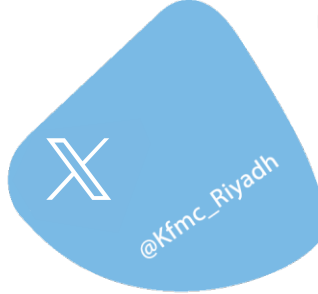
- الامتناع عن التدخين.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

شعبة التثقيف الصحي لمرضى السكر

مركز التخصصي لعلاج السمنة والغدد
الصماء والاستقلاب



HEM2.16.000279

