



هل أنت معرض للإصابة بالسكري

مقدمة

تعد نسبة الإصابة بالسكري في الكويت من أعلى المعدلات العالمية، حيث تبلغ حالياً حوالي ٥١% لدى البالغين والكبار. هناك أعداد كبيرة من المصابين دون أن يعلموا بالأمر.

تشير الدراسات بأن مقابل كل حالة مشخصة هناك حالة غير مكتشفة

بدون التشخيص المبكر فإن هذه الفئة تكون معرضة للإصابة بمضاعفات السكري المختلفة (تلف الشبكية والكلية والأعصاب والجلطات القلبية والداغية).

الاكتشاف المبكر يعني، العلاج والتدخل السريع وإمكانية التنظيم الدقيق، وبالتالي منع حدوث جميع هذه المضاعفات.

هل من الممكن أن تكون مصاباً بالسكري دون أن تدري

هناك أعداد كبيرة من المصابين بالسكري وهم لا يعلمون بذلك، قد تكون واحداً منهم.. من المهم معرفة العوامل المساعدة على الإصابة. ولنفرض أنك معرض للإصابة

بالسكري، فهل في ذلك من خطورة؟ الإجابة للأسف هي: نعم.

السكري ليس مرضاً بسيطاً، يجب أن تعرفه جيداً لكي تستطيع أن تتفاداه أو تتعايش معه بسلام.

باختصار يحدث السكري عندما يفشل الجسم في التعامل مع المواد السكرية بصورة طبيعية وذلك لنقص هرمون الأنسولين، ونتيجة لذلك ترتفع نسبة السكر في الدم مسببة الأعراض المصاحبة.

يعاني الكثيرون من السكري دون أن يعلموا بذلك ولعدم وجود أية أعراض تشير إليه، وعندما يتم التشخيص بعد سنوات قد تكون المضاعفات قد حدثت (التأثير على العين والكلية والأعصاب والشرايين وغيرها من أجزاء الجسم المختلفة).

التشخيص المبكر للسكري يعني العلاج المبكر وتقليل احتمال حدوث هذه المضاعفات بنسبة كبيرة

أعراض السكري:

عادة ما تكون الأعراض واضحة ولكن قد تغيب عن الذهن إذا لم يكن الشخص على علم ومعرفة بها. وأحياناً كثيرة قد لا يكون هناك أي أعراض.

الأعراض التالية قد تعني إصابتك بالسكري، بادر إلى زيارة

طبيبك في حالة الشك:

- العطش الشديد المتزايد.
- الإرهاق والتعب الشديدين
- كثرة الاثهايات
- كثرة التبول خصوصاً أثناء الليل
- فقدان الوزن بغير سبب
- زغللة في النظر

هناك نوعان من مرض السكري:

- ١ - النوع الأول الذي غالباً ما يصيب الأطفال والشباب، ويعتمد في علاجه على الأنسولين.
- ٢ - النوع الثاني والذي غالباً ما يصيب الكبار ويعتمد علاجه أساساً على التنظيم الغذائي والأقراص.

احرص على معرفة العوامل المساعدة على الإصابة بالسكري فقد تكون أنت معرضاً لذلك

العوامل المساعدة على الإصابة

بالسكري:

١ - العمر: السكري من النوع الثاني غالباً ما يصيب الكبار (فوق الأربعين) وكلما تقدم العمر طادت فرصة الإصابة السكري.

٢ - السمنة: أكثر من ٩٨% من المصابين بالسكري يعانون من زيادة الوزن والسمنة، فكلما زاد وزنك عن المعدل الطبيعي زادت احتمالات إصابتك بالسكري.

٣ - التاريخ العائلي: بينت الأبحاث أن احتمالات الإصابة السكري تزيد إذا كان أحد أفراد أسرتك مصاباً به، وتزيد فرص الإصابة لدى الأقارب من الدرجة الأولى.

٤ - الحمل والسكري: يظهر السكري بصورة مؤقتة أثناء الحمل لدى بعض السيدات، فإذا كان ذلك قد حصل من قبل أو كان وزن أحد الأطفال عند الولادة أكثر من ٤ كيلو أو وجود أحد العوامل السابقة، فإنك يا سيدتي معرضة للإصابة.

فإذا كنت معرضاً للإصابة ابدأ الآن
باتخاذ الخطوات السليمة.