

## دیابت چیست ؟

دیابت یک بیماری مزمن است و زمانی بروز می کند که یا پانکراس ، انسولین کافی تولید نمی کند و یا بدن نتواند از انسولین تولید شده استفاده مؤثری نماید. انسولین هورمونی است که در پانکراس ساخته می شود تا سلول ها بتوانند قند را از خون گرفته ، برای تولید انرژی بدن استفاده کنند.

نارسایی در تولید انسولین یا اثر انسولین و یا هردوی این عوامل منجر به افزایش قند خون (هایپرگلیسمی ) می شود. این امر در درازمدت ضمن آسیب به اندام ها و بافت های گوناگون، عملکرد بدن را با اختلال روبه رو می کند.

شناخت دیابت در گرو آگاهی از نشانه ها و علائم هشداردهنده ی آن است. این علائم عبارتند از :

- پر ادراری ( تکرار ادرار)
- تشنگی شدید
- گرسنگی شدید
- کاهش وزن
- خستگی مفرط
- بی حوصلگی و عدم تمرکز
- احساس سوزش و خارش یا بی حسی در دست ها یا پاها
- سایر علائم شامل تاری دید ، عفونت های مکرر و بهبود دیر هنگام زخم هاست.
- ممکن است این علائم در مبتلایان به دیابت نوع ۲ خفیف تر بوده یا اصلا وجود نداشته باشد.

## دیابت نوع ۱

دیابت نوع ۱ ، بیماری سیستم دفاعی بدن است. در این بیماری سلول های انسولین ساز پانکراس تخریب می شوند. در نتیجه ، انسولین بسیار ناچیز است و یا اصلا تولید نمی شود. افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ باید برای زنده ماندن انسولین تزریق کنند. دیابت نوع ۱ را دیابت کودکان و نوجوانان نیز می نامند و در این گروه سنی شایع تر است.

## دیابت نوع ۲

علت بروز دیابت نوع ۲، مقاومت به انسولین است. مبتلایان به نوع ۲ دیابت نمی توانند از انسولین ساخته شده در بدن خود استفاده کنند. آن ها غالبا می توانند با ورزش و رژیم مناسب غذایی دیابت خود را کنترل و مدیریت کنند. به هر حال در موارد بسیاری هم نیاز به داروهای خوراکی و گاهی هم تزریق انسولین است. از ۲۵۰ میلیون دیابتی سراسر دنیا بیش از ۹۰ درصد مبتلا به دیابت نوع ۲ هستند.

هر دو نوع ۱ و ۲ دیابت را باید جدی گرفت و کودکان به هر دو دیابت ممکن است مبتلا شوند. شناخت علائم هشداردهنده ی دیابت بسیار مهم است.

**پدیده ای به نام « دیابت ففیف » وجود ندارد .**

## دیابت بارداری

دیابت بارداری (GDM) نوعی از دیابت است که در آن زنان بدون سابقه ی قبلی ابتلا به دیابت ، در طول دوران بارداری دچار افزایش قندخون می شوند. دیابت بارداری تقریبا در ۴ درصد از زنان باردار به چشم می خورد. این نوع دیابت نشانه های آشکاری ندارد و معمولا با اتمام دوره ی بارداری ناپدید می شود. با این حال ، کودک و مادر هر دو مستعد ابتلا به دیابت می شوند. احتمال می رود فرزندان مادران مبتلا به دیابت بارداری در زمان بارداری آن قدر چاق شوند که دچار عوارض زایمان گردند و یا این که در معرض خطر سایر عوارض پزشکی پس از زایمان قرار گیرند. آن ها غالبا به طور مادم العمر در معرض ابتلا به دیابت نوع ۲ در زنانی که در طول بارداری مبتلا به دیابت شده اند ، در سال های بعدی عمر افزایش می یابد.

سایر انواع نادر دیابت نیز وجود دارند.