



مشروع رعاية المسنين
2008 - 2007

جمعية المرأة الخيرية

Scd
Communit
Dist
Proj

ما هي اسباب انخفاض نسبة السكر في الدم؟

- زيادة النشاط الجسماني
- زيادة جرعة الانسولين
- عدم أخذ كمية كافية من الطعام بعد تناول علاج السكري

كيف يمكن التصرف في حال حصول هبوط في سكر الدم؟

العلاج السريع في هذه الحالة اذا كان المريض قادرا على البلع :

- تناول قطعتين أو ملعقتين من السكر مذابتان في الماء.
- تناول نصف كوب من عصير الفواكه.
- ثلث كوب من أي عصير محلي، وإذا لم تزول هذه الأعراض خلال 10-15 دقيقة فعلى المريض إعادة شرب الكمية نفسها حين انتهاء الأعراض.

أما اذا كان المريض فاقدا للوعي فيجب عدم محاولة اعطائه أي مشروب عن طريق الفم وذلك تفاديا لحدوث الاختناق ونقله فورا الى المستشفى.

مشروع رعاية المسنين

(جمعية المرأة الخيرية) - مخيم البص - شارع الأثار

بريد الكتروني: scdpwho@gmail.com

هاتف: 4315 532 742 7 00961 7 4369 مقسم أو 4315

جوال: 00961 3 480 893

فاكس: 00961 7 347 838



السكري وهبوط سكر الدم

متى تكون نسبة السكر في الدم منخفضة؟
يعد السكر منخفضا عندما تكون نسبته في الدم أقل من 50 ملغم/د مع ظهور بعض الأعراض أو غيابها.

ماهي علامات هبوط (إنخفاض) نسبة السكر في الدم؟

هناك علامات أولية مثل:

- الرجفة
- تصبب العرق من الجسم
- تسارع نبضات القلب
- قلة التركيز
- الجوع الشديد
- العصبية وتصرفات غريبة غير مألوفة

يجب أخذ هذه العلامات بجدية كبيرة وعدم اهمالها لان استمرار انخفاض نسبة السكر في الدم من الممكن أن تؤدي الى ظهور أعراض أكثر خطورة مثل:

- تشنجات عصبية
- فقدان الوعي

فاذا كان هناك ادنى شك من أن ظهور أحد تلك الأعراض هو ناتج عن نقص السكر في الدم فعليك التأكد بفحص نسبة السكر في دمك أثناء ظهور الأعراض ولا تتردد في أخذ القليل من السكر المذاب بالماء أو أي طعام أو عصير محلي اذا لم يتوفر لديك جهاز الفحص.

صحتك تهمنا

ماذا تعرف عن

مرض السكري؟

ماذا تعرف عن مرض السكري؟

يمكن تعريف ارتفاع السكر في الدم بأنه زيادة في معدل السكر في الدم عن 125 ملغم/د في حالة الصيام، وعن 200 ملغم/د بعد الأكل.

ما هو مرض السكري؟

هو ارتفاع في نسبة السكر في الدم، وهي حالة مزمنة تنتج عن نقص جزئي أو كلي في هرمون الأنسولين والذي هو عبارة عن هرمون تفرزه غدة البنكرياس ليقوم بمساعدة السكر في الدم للدخول الى خلايا الجسم حيث يتحول الى طاقة تساعد الجسم على الحركة.

عندما يقل الأنسولين في الجسم فان السكر يزيد في الدم، ولا يستطيع الجسم الاستفادة منه، ولذلك نراه يظهر في البول.

ما هي أنواع مرض السكري؟

هناك نوعان لمرض السكري:

النوع الأول: سكري الأطفال أو الشباب وهو النوع الذي يعتمد في علاجه على الأنسولين.

النوع الثاني: سكري البالغين وهو النوع الغير معتمد في علاجه على الأنسولين.

السكري وارتفاع سكر الدم

ما هو ارتفاع سكر الدم عند مريض السكري؟

ان ارتفاع نسبة السكر في الدم عند مريض السكري هي حالة متكررة ومزمنة، ويكمن الهدف الأساسي في علاج مرض السكري في تقليل الفترات التي يحدث فيها ارتفاع السكر في الدم. ان مدى شعور المريض بأعراض ارتفاع السكر يختلف من شخص الى آخر، لذا توجد صعوبة في معرفة نسبة السكر في الدم من خلال الأعراض الظاهرة.

ما هو علاج ارتفاع السكر في الدم؟

اذا كان هناك ارتفاع في نسبة السكر في الدم، يجب التفكير بالسبب الذي أدى الى هذا الارتفاع حيث بالامكان المحافظة على مستوى السكر في الدم بالمستوى الطبيعي وذلك عن طريق:

- الحماية الغذائية المناسبة
- القيام بنشاطات وتمارين معينة
- أخذ مخفضات السكر حسب رأي الطبيب المعالج

هل هناك اي ارشادات اخرى؟

- اذا كنت تعاني من أعراض السكر الحادة في الدم يجب الاتصال بطبيبك حالا أو الذهاب الى المستشفى فورا
- اذا كانت نسبة السكر في الدم مرتفعة لمدة أسبوع و كنت لا تعرف السبب، يجب عليك مناقشة هذا الموضوع مع طبيبك.
- ان ارتفاع السكر البسيط في الدم لفترات قصيرة ومحدودة ليس بالأمر الخطير وهو يحدث لكل مريض السكري ولكن عندما يبقى مستوى السكر مرتفعا لفترات طويلة فأن الخطورة تكمن في حدوث مضاعفات مرض السكري
- ان السكر في الدم يكشف لنا مستوى السكر في الجسم ويعطي القيمة الفعلية للسكر.
- ان فحص البول يعكس مستوى ارتفاع السكر في الجسم لكن لا يعطي القيمة الفعلية لمستوى السكر.

ما هي أعراض ارتفاع السكر في الدم؟

- الشعور بالتعب
- تكرار التبول مع العطش
- زوغان البصر
- الشعور بنممة أو وخز في أصابع القدمين واليدين
- بطء التئام الجروح
- تقلصات في العضلات

ما هي أعراض الارتفاع الحاد للسكر مع

ارتفاع الأحماض في الدم؟

- ألم في البطن
- انبعاث رائحة "الأسيتون" من الفم
- نقصان في الوزن
- كثرة التبول
- الجفاف الشديد في الجلد والفم
- سرعة في معدل التنفس

ما هي أسباب ارتفاع السكر في الدم؟

- تناول كمية كبيرة من الطعام
- قلة الحركة أو عدم القيام بالتمارين المعتادة
- عدم أخذ علاج السكري
- المرض أو الاصابة بالتهاب حاد
- الوقوع تحت ضغط نفسي