

مقدمة بحث عن مرض السكر

في بداية هذا البحث، لا بد من التعرف على مرض السكري Diabetes mellitus، فهو مرض مزمن يحدث بسبب مشكلات في هرمون الإنسولين، ويطلق عليه أيضًا داء السكري، أو البوال السكري، الذي يحدث نتيجة ارتفاع مستويات سكر الجلوكوز في الدم عن المعدل الطبيعي، حيث يتم إفراز الإنسولين في الوضع الطبيعي من البنكرياس لمساعدة الجسم على التعامل مع السكريات والدهون التي يتم الحصول عليها من الطعام، ويُعد مرض السكري أكثر الأمراض المزمنة انتشارًا في العالم حيث يعاني منه ملايين الأشخاص حول العالم، واستنادًا إلى إحصائيات منظمة الصحة العالمية WHO فإن النسبة العالمية للإصابة بمرض السكري للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 18 عامًا ارتفعت من 4.7% في عام 1980 إلى 8.5% في عام 2014، ويُشار إلى أن معدل انتشار مرض السكري كان أعلى في الدول منخفضة ومتوسطة الدخل مقارنة بالدول ذات الدخل المرتفع [مراجعنا](#):

بحث عن مرض السكر

فيما يأتي أهم المعلومات حول مرض السكر:

أنواع مرض السكر

يمكن تقسيم مرض السكري إلى ثلاثة أنواع رئيسية تتمثل بمرض السكري من النوع الأول Type I diabetes ومرض السكري من النوع الثاني Type 2 diabetes، وسكري الحمل Gestational diabetes، وسيتم شرحها على النحو الآتي [مراجعنا](#):

مرض السكري من النوع الأول

يُعرف هذا النوع من مرض السكري أيضًا بسكري اليافعين أو السكري اليفجي، ويحدث هذا النوع من السكري عندما يفقد الجسم قدرته على إنتاج الإنسولين بشكل نهائي مما يضطر الشخص المصاب الاعتماد على الإنسولين الصناعي بشكل يومي ولبقية حياته، ويُشار إلى أن هرمون الإنسولين هو الهرمون المسؤول عن تنظيم مستويات سكر الجلوكوز في الدم، ويتم إنتاجه من البنكرياس.

مرض السكري من النوع الثاني

يحدث مرض السكري من النوع الثاني نتيجة وجود خلل في استجابة الجسم للإنسولين؛ إذ تفقد خلايا الجسم القدرة على الاستجابة للإنسولين الذي يتم إنتاجه من الجسم بشكل فعال مع استمرار قدرة الجسم على إنتاجه.

سكري الحمل

قد تعاني بعض النساء الحوامل من سكري الحمل نتيجة انخفاض حساسية الخلايا للإنسولين، ويزول هذا النوع من السكري في العادة بعد الولادة، مع الإشارة إلى عدم إصابة جميع النساء الحوامل بهذا النوع من السكري.

أعراض مرض السكر

والتي تختلف من حالة لأخرى حيث تعتمد الأعراض المصاحبة لمرض السكري على نسبة ارتفاع السكر في الدم، ويتم الكشف عادةً عن مرض السكري من النوع الأول وتشخيصه باكراً قبل سن 19 من العمر في معظم الحالات نتيجة ظهور الأعراض على نحو مفاجئ، أما بالنسبة لمرض السكري من النوع الثاني، فقد تظهر أعراضه على فترة زمنية طويلة جداً، أو قد لا يكون مصحوباً بأي أعراض في بعض الحالات مما قد يؤدي إلى تأخر التشخيص، وفيما يأتي بيان بعض الأعراض الشائعة لمرض السكري:

- فرط الجوع أو العطش.
- كثرة الحاجة إلى التبول.
- التعب والحمول.
- فقدان الوزن غير المبرر في حال الإصابة بمرض السكري من النوع الأول.
- اكتساب الوزن بشكلٍ تدريجيّ في حال الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني.
- زغللة الرؤية.
- المعاناة من حكة في الجلد.
- تعرض الجلد للعدوى أو الالتهاب. تأخر التئام الجروح.

مضاعفات مرض السكر

لا يُشكّل مرض السّكر خطرًا على حياة الشخص على المدى القصير، ومن الجدير ذكره أنّ من شأنه تحقيق السيطرة على مرض السّكر والمتابعة المستمرة واتباع نصائح الطبيب المُساهمة في تأخير تطوّر المضاعفات، ولكن قد تزداد احتمالية تعرّض الشخص لمخاطره ومضاعفاته في حال لم يتمّ تشخيص الإصابة بالسّكر بالرغم من إصابة الشخص بها وإبقاء الحالة دون علاج، أو في الحالات التي لا يتمّ فيها تحقيق السيطرة على السّكر بنحوٍ كافٍ، مع الإشارة إلى أنّ فترة استمرار ذلك تتناسب طرديًا مع سرعة تطوّر المضاعفات، وفي الواقع تنقسم مضاعفات مرض السكري إلى مضاعفات تتعلّق بتلف الأوعية الدموية الدقيقة وتتضمن اعتلال الشبكية الذي قد يؤدي إلى العمى، واعتلال الكليتين الذي قد يؤدي إلى الفشل الكلوي، والاعتلال العصبي، مما يؤدي إلى العجز الجنسي واضطرابات القدم السكرية، أمّا المضاعفات الأخرى فهي تتعلّق بتلف الأوعية الدموية الكبيرة وتتضمّن أمراض القلب والأوعية الدموية مثل النوبات القلبية والسكتات الدماغية وعدم كفاية تدفق الدم إلى الساقين. [مراجعة](#)

علاج مرض السكر

يهدف علاج مرض السّكر إلى الحفاظ على قيم سكر الجلوكوز ضمن المدى الطبيعي لها قدر الإمكان، وتتضمّن الخطة العلاجية إجراء مراقبة مستمرة، وتعديل أنماط الحياة، وقد يتطلّب الأمر استخدام أنواع مُعينة من الأدوية، وتجدر الإشارة إلى أنّ المتابعة المُستمرة وقياس مستوى السّكر بشكلٍ مستمر أمر في غاية الأهمية، وقد يتطلّب الأمر أخذ قراءات السّكر بشكلٍ يومي أو عدّة مرات خلال اليوم الواحد، كما يجدر الأخذ بعين الاعتبار الحاجة إلى مراقبة أمور أخرى أيضًا؛ مثل ضغط الدم ومستوى الكوليسترول في الدم، ذلك أنّ الإصابة بالسّكر من شأنها التسبّب بزيادة خطر تطوّر أمراض أخرى، مثل أمراض القلب ومرض الشرايين المحيطيّة، وبالحدّ من تغيير أنماط الحياة فيجدر بالشخص اتباع نظام غذائي صحي، والحفاظ على كلّ من الوزن الصحي والنشاط البدني؛ بما يتضمّن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، أي يوصى باتباع النصائح الآتية. [مراجعة](#)

- اتباع نظام غذائي صحي.
- ممارسة التمارين الرياضية بانتظام.
- الالتزام بالأدوية التي يصفها الطبيب.
- مراقبة مستويات السكر في الدم باستمرار.
- زيارة الطبيب بشكل دوري.

تشخيص مرض السكر

يقوم الطبيب لتشخيص الإصابة بمرض السكري بدايةً بالسؤال عن التاريخ الصحي للشخص المعني، ومناقشة الأعراض المصاحبة للمرض مع الشخص، وإجراء فحص سريريّ له، وفي حال الشكّ بإصابته بمرض السكري بناءً على ما سبق يقوم الطبيب بطلب إجراء بعض الفحوصات، ومنها ما يأتي:

- **فحص السكر الصيامي:** يتمّ إجراء هذا الفحص في العادة في الصباح الباكر بعد الصيام عن الطعام لمدة 8 ساعات متواصلة.

- اختبار تحمّل الجلوكوز الفموي: يتمّ في هذا الاختبار الطلب من الشخص المعني شرب مشروب يحتوي على 75 غرام من سكر الجلوكوز المُذاب في الماء، وبعد ساعتين تقريباً يتمّ قياس مستوى السكر في الدم.
- اختبار الجلوكوز العشوائي: يتمّ في هذا الاختبار قياس مستوى السكر في الدم في أوقات مختلفة وعشوائية من اليوم بغضّ النظر عن تناول الطعام من عدمه.
- اختبار السكر التراكمي: أو اختبار الهيموغلوبين الغليكوزيلاتي واختصاراً HbA1C، إذ تُظهر نتائج هذا الاختبار معدّل مستويات السكر في الدم خلال الأشهر الثلاثة الماضية.

الوقاية من مضاعفات مرض السكر

إنّ اتباع مرضى السكري عاداتٍ صحيّة من شأنه الحدّ من تطوّر مضاعفات المرض، إذ يُنصح بالالتزام بها كجزء من الروتين المُتبع، وفيما يأتي بيان لأبرز هذه العادات:

- مراقبة مستويات السكر في الدم بشكلٍ مُستمر، مع الأخذ بعين الاعتبار ضرورة إبقائها ضمن المدى الطبيعي لها قدر الإمكان. مراقبة ضغط الدم ومستوى الكوليسترول بانتظام.
- الخضوع للفحوصات الطبية بشكلٍ مُنظم، بما في ذلك فحص الدم والبول، والاختبارات الأخرى التي من شأنها الكشف عمّا إذا تطوّرت مشاكل أخرى لدى الشخص، ويجدرّ بالذكر ضرورة الخضوع للفحص العيني السنوي.
- الإقلاع عن التدخين.
- فحص القدمين بشكلٍ يومي، والتأكد من عدم تطوّر أو تعرّضها لأيّ جروح، أو قروح، أو بثور، أو كشط، أو احمرار، أو انتفاخ، أو حالة الظفر الناشب.
- العناية بالجلد بطريقة مناسبة وبشكلٍ مُستمر. اتباع نظام غذائي صحّي.
- ممارسة الأنشطة البدنية لمدة ساعتين ونصف على الأقل أسبوعياً، ويُنصح بأن يتمّ تقسيمها على خمسة أيام بحيث يتمّ ممارسة الأنشطة لمدة نصف ساعة في كلّ يوم منها.
- تقليل الوزن في حالات المُعاناة من وزن زائد.
- استخدام الأدوية وفقاً لتعليمات الطبيب، مع الأخذ بعين الاعتبار ضرورة استشارة الطبيب بشأن أيّ أسئلة تدور في بال الشخص حول الأدوية، وإعلامه في حال مواجهة أيّ مشاكل مع الأدوية.

خاتمة بحث عن مرض السكر

يُعدّ مرض السكري من الأمراض الشائعة وبمعدّل انتشار متزايد وينقسم إلى ثلاثة أنواع رئيسيّة تتمثل بمرض السكري من النوع الأول والذي يحتاج المصاب فيه إلى استخدام الإنسولين كعلاج رئيسي للمرض، ومرض السكري من النوع الثاني الذي يعتمد علاجه على اتّباع نمط حياة صحيّ وبعض الأدوية في بعض الحالات، ومرض السكري الحملّي الذي يظهر لدى بعض النساء خلال فترة الحمل ويزول بعد الولادة، والذي يمكن السيطرة عليه باتّباع النصائح والإرشادات اللازمة خلال فترة الحمل، علماً أنّ بعض النساء قد يحتجن لأخذ الإنسولين للسيطرة على مستويات السكر في الدم خلال فترة الحمل وتجنب حدوث أي مشاكل، وتجدر الإشارة إلى أنه وعند تشخيص الإصابة بالسكري من النوع الثاني فيجدرّ بالمصاب إجراء تغييرات على أنماط الحياة لدعم الصّحة العامة والسيطرة على مرض السكري، كما يجدرّ اتباعها من قِبَل الأشخاص في مرحلة ما قبل السكري لمنع تطوّر الحالة لديهم، ويُنصح بمراجعة مُختص لوضع الخطة المُلائمة للشخص بما يُحقّق الأهداف المرجوة.