



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت

دیابت

(آموزش به بیمار)



تهیه کننده: خانم ها فاطمه منسوبی، مینایاوری
تأیید کننده مطالب: دکتر مسگر پور

شماره سند: EL-09-52
تاریخ صدور: ۱۴۰۴/۱۱/۱۵
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۱۱/۱۵

در چه افرادی احتمال ابتلا به دیابت نوع ۲ بیشتر است؟

وجود سابقه خانوادگی، وزن بالا سن بالای
۴۰ سال، سابقه دیابت در دوران بارداری،
مصرف داروها مانند کورتون، فشارخون
بالا و سابقه حمله قلبی یا سکته قلبی.



جهت پاسخگویی مربوط به این بیماری

با شماره زیر تماس بگیرید:

۳۵۲۲۵۱۲۰ (واحد آموزش سلامت)

جهت اطلاعات تکمیلی به سایت ذیل

مراجعه نمایید:

Vlayathose.semums.ac.ir

منابع: راهنمای آموزش به بیمار منیژه نصیری

زاده

۵

تفاوت دیابت نوع ۱ و ۲ چیست؟

دیابت نوع ۱ و ۲ وابسته به انسولین نیز می
گویند. این نوع دیابت به دلیل بروز علائم به
سرعت تشخیص داده می شود و درمان
شروع می شود. در دیابت نوع ۲ یا دیابت
غیر وابسته به انسولین، علائم به آهستگی
ایجاد می شود و معمولاً چندین سال طول
می کشد تا شخص از بیماری خود آگاهی
یابد. اغلب این بیماران با رعایت رژیم
غذایی و ورزش درمان می شوند. گاهی
اوقات برای رساندن قند خون به میزان
طبیعی از قرص های خوراکی پایین آورنده
قند خون و یا انسولین هم استفاده می
شود.



۴

دیابت چیست؟

دیابت به علت بالا بودن مداوم قند خون ایجاد میزان قند خون به طور طبیعی در حالت ناشتا باید ۷۰ تا ۱۱۰ میلی گرم باشد. وقتی از این مقدار بالاتر برود آن را دیابت می نامند.

علل افزایش قند خون:

- ۱- لوزالمعده قادر به ترشح میزان کافی انسولین نیست. زمانی که انسولین به مقدار کافی در بدن موجود نباشد و یا کار خود را به خوبی انجام ندهد، قند به مقدار زیاد در جریان خون باقی می ماند.
- ۲- سلول های بدن قادر به مصرف دقیق و مشخص قند خون نمی باشد.



۱

تشخیص دیابت در چه زمانی مطرح می شود؟

اگر میزان قند خون ناشتا حداقل در دو آزمایش بیش از ۱۲۶ میلی گرم باشد. آزمایش قند خون به صورت ناشتا و ۲ ساعت پس از مصرف صبحانه باید ثبت شود. اندازه گیری قند خون نشان می دهد که پاسخ بدن به رژیم غذایی و برنامه ورزشی، داروها و انسولین چگونه است.

چگونه متوجه بیماری دیابت شویم؟

دیابت بر اساس علائم آن در بیماران مشخص می شود. و دارای دو ویژگی پر ادراری و پرنوشی می باشد البته در بیماران دیابتی نوع ۲ شروع این علامت ها ممکن است به طور تدریجی باشد و حتی فرد مبتلا هیچ یک از علائم دیابت را تجربه نکند و یا این که سال ها دیابت او تشخیص داده نشود.

۲

نوع ۱ در چه افرادی دیده می شود؟

در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ انسولین یا اصلا تولید نمی شود و یا به مقدار ناچیز تولید می شود. بدن نمی تواند از قند حاصل از مصرف غذاها استفاده نمایند و کاهش وزن شدید پدید می آید. در این حالت سلول های بتای لوزالمعده تخریب شده و انسولین کافی نمی سازد و بدن به تزریق انسولین نیاز دارد.

علائم دیابت چیست؟

- تشنگی بیش از حد
- تکرر ادرار (افزایش دفعات ادرار)
- کاهش وزن
- خستگی و کسل بودن
- تاری دید و خشکی و خارش پوست
- عفونت های عود کننده مانند برفک
- عفونت های دستگاه ادراری و عفونت های پوستی
- از بین رفتن حس بخش های مختلف اندام ها در قسمت انتهایی مانند احساس گزگز و مورمور در پاها

۳