

## عوارض کلیوی

کلیه ها بعنوان یک فیلتر و تصفیه کننده، خون را تصفیه نموده و آب اضافی و مواد زائد را از آن جدا می کند و بصورت ادرار از بدن خارج می سازد. در افراد دیابتی، بعلت تجمع قند در رگهای کوچک کلیه، کلیه ها دچار صدمه می گردند. یکی از موادی که در هنگام صدمه کلیه ها در ادرار ظاهر می گردد، پروتئین می باشد. یک پروتئین ویژه به نام آلبومین در مراحل اولیه صدمه به کلیه ها در ادرار دیده می شوند. بنابراین انجام آزمایش ادرار همراه با آزمایش خون می تواند بسیار با اهمیت باشد.

## گرفتاری اعصاب

دیابت می تواند به دو طریق: اختلال در خورنرسانی عصب (مثل چشمها و کلیه ها) و وارد آوردن صدمه مستقیم به عصب بعلت بالا بودن قند خون، باعث صدمه به اعصاب شود. هرگونه آسیب عصبی را اصطلاحاً نوروپاتی می گویند. براساس اینکه کدام یک از سه نوع عصب آسیب می بیند، نتیجه آن متفاوت خواهد بود.

### ✱ اعصاب حرکتی:

اعصاب حرکتی حامل پیامهای عصبی از مغز به عضلات می باشند و به این طریق باعث انقباض عضلات می گردند. آسیب به این نوع اعصاب را اصطلاحاً نوروپاتی حرکتی می نامند و می تواند منجر به از دست رفتن فعالیت عضلات کوچک دستها یا پاها شود. در چنین مواردی انگشتان پاها به

بیمارستان بستری شوید. نتیجه این عمل جراحی معمولاً رضایت بخش می باشد.

### ✱ رتینوپاتی

هر دو نوع دیابت می توانند باعث گرفتاری پرده شبکیه در چشم شوند. رگهای خونی کوچک که به شبکیه خورنرسانی می کنند بر اثر دیابت دچار مشکل می شوند. این امر احتمالاً بعلت تجمع قند در دیواره رگهای خونی می باشد که آنها را ضعیف می سازد. این رگها گاهی اوقات پاره شده و ایجاد خونریزیهای کوچکی می کنند.

وقتی رتینوپاتی به مرحله پیشرفته تری می رسد، رگهای خونی جدید می توانند رشد کرده و خورنرسانی را بهبود ببخشند. این رگهای خونی جدید، شکننده بوده و ممکن است پاره شده و خونریزی شدیدی ایجاد نمایند. این وضعیت می تواند بطور جدی بینایی را مختل کند.

### درمان رتینوپاتی:

خوشبختانه در سالهای اخیر، لیزر درمانی توانسته است در ترمیم صدماتی که در رتینوپاتی دیابتی ایجاد شده است، کمکهای فراوانی نماید. هرچه زودتر درمان صورت پذیرد، موفقیت بیشتر خواهد بود و به همین دلیل است که افراد دچار مرض قند باید حداقل سالی یک بار به چشم پزشک مراجعه کنند تا چشمهایشان معاینه گردد. لیزر درمانی معمولاً هیچگونه دردی ندارد. بعد از لیزر درمانی به مدت ۲-۱ روز شما دچار تاری دید خواهید شد که مسئله مهمی نیست.

اولین چیزی که شما باید بدانید این است که فقط بخاطر اینکه شما دچار دیابت هستید عوارض آن لزوماً ایجاد نمی شوند. تحقیقات دقیق نشان داده است که هرچه شما بهتر میزان قند خونتان را کنترل نمایید، احتمال کمتری دارد که به عوارض و مشکلات آن گرفتار شوید. با دانستن این مطلب، شما باید بیشتر مراقب میزان قند خونتان باشید.

## قسمتهایی که دچار عوارض دیابت میشوند

- چشمها
- کلیه ها
- اعصاب محیطی در دستها و پاها
- پوست
- رگهای خونی

## عوارض چشمی

### ✱ آب مروارید

وقتی شما به مدت طولانی دچار مرض قند باشید، بخاطر تجمع قند در عدسی چشمتان، مستعد ابتلاء به آب مروارید (کاتاراکت) می شوید. این وضعیت باعث می شود که عدسی چشم شما کدر شده و از عبور راحت نور از آن و ورود به چشم جلوگیری می کند.

خوشبختانه می توان آب مروارید را با یک عمل ساده و عوض کردن عدسی چشم با یک عدسی پلاستیکی درمان نمود. این عمل را می توان بدون بیهوشی و فقط با بیحسی موضعی انجام داد و شما فقط نیاز دارید که ۲۴ ساعت در



## عوارض مزمن دیابت چیست؟



بیمارستان گلدیس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: صدیقه کمانی- سوپروایزر آموزش سلامت

مشاور علمی: آقای دکتر خلیل پور

زمستان ۱۴۰۴- کد پمفلت: AW 6- 08

با اینحال باید بخاطر داشته باشیم که ناتوانی جنسی می تواند به غیر از مشکلات بدنی، بعلت مشکلات روانی نیز ایجاد شود، خواه شما به دیابت مبتلا باشید یا نباشید. بنابراین تمام مشکلات جنسی خود را با پزشک در میان بگذارید تا او بتواند درمان مناسب را برای شما انتخاب نماید.

### گرفتاری پوستی

تعداد کمی از مبتلایان به مرض قند ممکن است بعلت صدمات رگهای کوچک، دچار مشکلات پوستی شوند. در صورت وقوع چنین مشکلی، پوست روی استخوان ساق پا، قرمز و نازک می گردد. متأسفانه هنوز درمان مؤثری برای این مشکل پیدا نشده است.

### گرفتاری شریانها

مبتلایان به مرض قند در معرض خطر ابتلاء به سفت و سخت شدن دیواره رگها و شریانهای بزرگ هستند که می تواند موجب سکتة قلبی یا مغزی شود و نیز سبب کم شدن گردش خون پاها می گردد.

منبع: معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تبریز  
سایت بیمارستان: [www.goldis.mui.ac.ir](http://www.goldis.mui.ac.ir)

سمت بالا چنگ می شوند و انگشتان دستها هم ضعیف می گردند.

### ✱ اعصاب حسی:

اعصاب حسی موجب شناسایی حسهای درد، لمس، حرارت و سایر حسها شده و این پیغامها را به سمت مغز می فرستند. نوروپاتی حسی می تواند ابتدا باعث حساس شدن و درد پاها شود اما بتدریج پاها بی حس شده و هیچ حسی را متوجه نمی شود. در این زمان پاها مستعد بروز زخم می شوند.

### ✱ اعصاب خودکار:

اعصاب خودکار یا اتونومیک مسئول کنترل عملکردهای خودکار بدن مثل فعالیت روده ها و مثانه ها می باشد. نوروپاتی خودکار نسبتاً ناشناخته بوده و بیشتر در روده ها و مثانه اختلال ایجاد می کند. این نوروپاتی می تواند باعث یبوست یا اسهال شود و گاهی اوقات شخص ممکن است از استفراغهای مکرر رنج ببرد. همچنین در مردها ممکن است مشکلاتی در توانایی جنسی آنها ایجاد شده و این توانایی کاهش یابد. با اینحال اکثر این مشکلات را می توان با دارو درمانی بهبود بخشید.

### ✱ توانایی جنسی

توانایی مردان به داشتن یک نعوظ طبیعی، بستگی به خونرسانی خوب شریانهایی که آلت تناسلی را خونرسانی می کنند و نیز اعصابی که باعث انقباض وریدهای آن می شوند، دارد.