

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Nisf El Donia
DATE:	13-November-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	40,000
TITLE :	Safe ways for 7.5 million diabetics in Egypt to live with the disease
PAGE:	80-81
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Aziza Fouad

PRESS CLIPPING SHEET



دنيا الصحة

تقدمها: عزيزة فؤاد

azizaahram@yahoo.com



من يملك نعمة الصحة يملك كنوز الكون كلها
نمد أيدينا بالمساعدة آمليين من الله أن نكون سببا في الشفاء

طرق آمنة لتعيش 7.5 مليون مصري مع مرض السكر

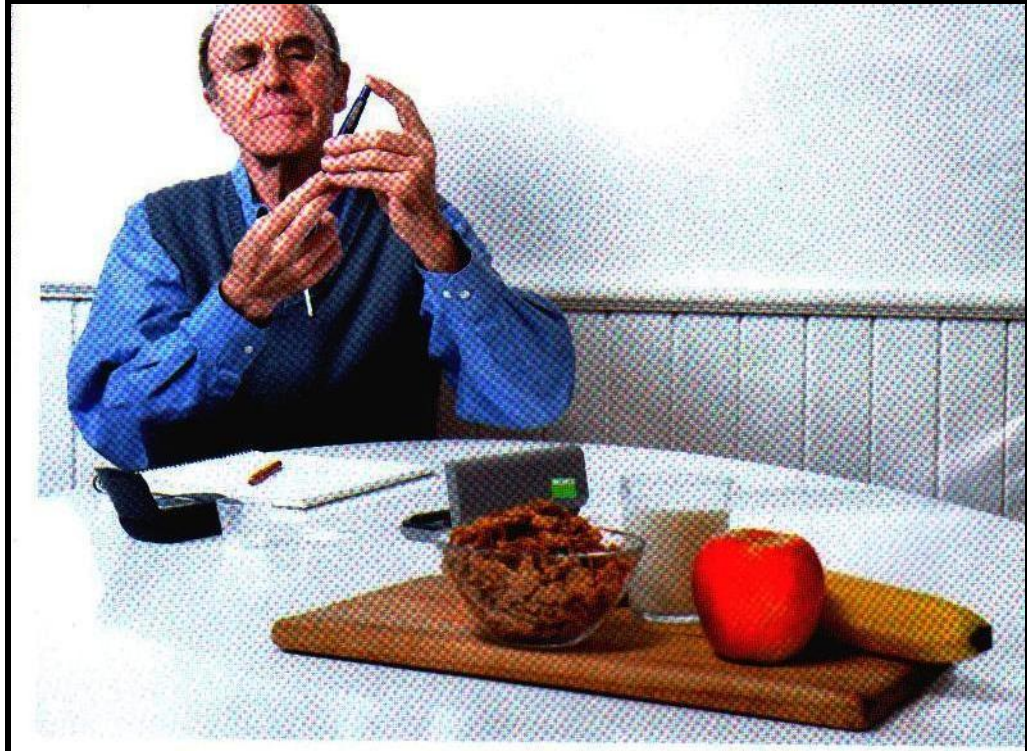
التعامل مع السكر يحتاج إلى حكمة فرغم مشاكله فإنه يمكن العيش معه في سلام خصوصا إذا تعرفنا على مفاتيح التعامل معه وأبرز مشاكله والتي تقابل المرضى عموما عندما يتناول المريض الأنسولين ويجد أنه غير مجد. فالسكر كما هو في ارتفاعه ثابت لا يتحرك أو قد يكون منخفضا جدا لدرجة دخول المريض في غيبوبة سكر.

إلى أنه يجب إعطاء المريض في هذه الحالة نصف كوب مشروب سكري مثل العصير. وفي حالة الغيبوبة نلجأ فورا إلى المستشفى لأن أي تأخير يكون فيه خطورة شديدة على المريض. كما يؤدي تكرار نوبات انخفاض السكر في الدم إلى عدم قدرة الجسم على الاستجابة الذاتية للتعامل مع نوبات انخفاض السكر في الدم. مما قد يؤدي إلى زيادة مخاطر إصابته بالنوبات الشديدة من هذه الحالة.

وكشفت أن انخفاض مستوى السكر في الدم يحدث عندما يتناول مريض السكر جرعات خاطئة من علاجهم أو عند أخذ جرعة الأنسولين في التوقيت الخاطئ أو عدم تناول الطعام في الأوقات المناسبة أو أخذ الجرعة في مكان خاطئ أو بطريقة خاطئة. ومن الضروري استشارة الأطباء فيما يتعلق بأفضل الطرق للتعامل مع انخفاض مستوى السكر في الدم.

ومرض السكر إما أن يكون وراثيا أو يتعلق بأسلوب الحياة ونمط الغذاء وكذلك مستوى الرعاية الصحية. يذكر أن هناك 7.5 مليون مصاب في مصر وطبقا للدراسات يصل العدد إلى 13 مليون مريض بحلول عام 2030. الدكتورة إيناس شلتوت رئيس الجمعية العربية لدراسة أمراض السكر والميتابوليزم ترى أن نقص مستوى الجلوكوز في الدم وراء غيبوبة السكر والتي تصيب المرضى وأسبابها تعود إلى تناول جرعة كبيرة من علاج السكر. أو عدم تناول الوجبات في موعدها. ومن أعراض انخفاض السكر في الدم فقدان الوعي، والعرق بغزارة، وشحوب في لون الوجه، وزيادة في ضربات القلب، والصداع، وزغلة في العين، ورعشة في الأطراف والإحساس بالهبوط العام، والإرهاق الشديد وفقدان في التركيز أو فقدان الوعي. وترى أنه يفضل قياس مستوى السكر في الدم والذي يقل عن 70 ملليجراما /ديسيلتر. مشيرة

PRESS CLIPPING SHEET



ذكرت أن هناك 15% فقط من مرضى السكر من النوع الثاني يقومون بالتحدث مع طبيبهم أثناء إصابتهم بنقص مستوى السكر في الدم. ويقوم 43% من مرضى السكر من النوع الثاني بتعديل جرعة الأنسولين الخاصة بهم عند شعورهم بنوبة غير شديدة من نقص مستوى السكر في الدم. بينما يقوم 74% من مرضى السكر من النوع الأول بتعديل جرعة الأنسولين الخاصة بهم بعد شعورهم بنوبة شديدة من انخفاض السكر في الدم. ويرى د. شريف حافظ، أستاذ أمراض الباطنة والغدد الصماء بكلية طب القصر العيني، أنه يوجد حوالي 382 مليون شخص في العالم مصابين بالسكر ومن المتوقع أن يصل عدد المصابين به إلى 592 مليون شخص بحلول عام 2035. وفي منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وحدها يصل عدد المصابين بالسكر إلى 36 مليون شخص. وتؤكد أحدث الأبحاث والدراسات المتخصصة أن معدلات الإصابة بمرض السكر مرتفعة بصورة كبيرة في البلاد النامية بسبب اتباع أساليب الحياة غير الصحية والنظم الغذائية الخاطئة، التي تتصف بزيادة السعرات الحرارية في الأكل وقلة الحركة وعدم مزاولة الرياضة بشكل منتظم والذي يؤدي بدوره إلى مرض السمنة وهو من أسباب مرض السكر بالإضافة للعوامل الوراثية. وجاهل عدد كبير من المرضى لنصائح الطبيب. وهو ما يعرضهم لمشاكل ومضاعفات صحية خطيرة. ويعتبر انخفاض مستويات السكر في الدم من الأمور المقلقة لدى الطبيب والمريض معا بسبب تأثيره الضار على المريض من الناحية الصحية». ويضيف د. عمر السعدني، أستاذ أمراض الباطنة والسكر بطب القصر العيني وقال إن مصر من الدول في أعلى معدلات انتشار مرض السكر في العالم، حيث تبلغ نسبة المصابين بالمرض في مصر أكثر من 15.6% من إجمالي عدد البالغين في البلاد. وبالتالي تشغل المرتبة التاسعة عالميا من حيث عدد المصابين بالمرض ونسب انتشاره.

ذكرت أن هناك 15% فقط من مرضى السكر من النوع الثاني يقومون بالتحدث مع طبيبهم أثناء إصابتهم بنقص مستوى السكر في الدم. ويقوم 43% من مرضى السكر من النوع الثاني بتعديل جرعة الأنسولين الخاصة بهم عند شعورهم بنوبة غير شديدة من نقص مستوى السكر في الدم. بينما يقوم 74% من مرضى السكر من النوع الأول بتعديل جرعة الأنسولين الخاصة بهم بعد شعورهم بنوبة شديدة من انخفاض السكر في الدم. ويرى د. شريف حافظ، أستاذ أمراض الباطنة والغدد الصماء بكلية طب القصر العيني، أنه يوجد حوالي 382 مليون شخص في العالم مصابين بالسكر ومن المتوقع أن يصل عدد المصابين به إلى 592 مليون شخص بحلول عام 2035. وفي منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وحدها يصل عدد المصابين بالسكر إلى 36 مليون شخص. وتؤكد أحدث الأبحاث والدراسات المتخصصة أن معدلات الإصابة