

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Ahram
DATE:	19-June-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	1,000,000
TITLE :	Fast for Health: Fasting for Diabetes Patients
PAGE:	25
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Enas Abdel Ghani

PRESS CLIPPING SHEET

صيام مرضى السكري

صوموا تصحوا

يمكن تحمل صيام شهر رمضان المبارك عند أغلب مرضى السكر دون حدوث تغيرات مهمة في مستوى السكر. ولا يحدث في معظم المرضى المتابعين طبياً والمتزمين بالعلاج أى مضاعفات حادة سواء نقصاً أو زيادة في مستوى السكر في الدم أو غيبوبة. ويقول الدكتور محمد

فهمي عبد العزيز، أستاذ الباطنة والسكر والغدد الصماء في كلية الطب جامعة عين شمس، إن مرضى السكر يعتقدون أن الصوم في شهر رمضان والامتناع عن الطعام يساعد على تنظيم السكر وأن صيام رمضان مفيد لمرضى السكر مما يجعل العديد من مرضى السكر يصومون رمضان. وهذا يخالف كثير من الآراء الطبية لما قد يحمل من مخاطر ومضاعفات وبشكل عام يعرض مرضى السكر النوع الأول حياتهم لخطر كبير بسبب المضاعفات المترتبة على الصيام.



فالمرضى الذين لديهم تاريخ متكرر مع انخفاض السكر في الدم أو الدخول في غيبوبة انخفاض السكر في الدم، أو الذين لا يتم التحكم جيداً بنسبة السكر لديهم، معرضون بشكل كبير لانخفاض حاد في السكري. من ناحية أخرى عندما يأخذ هؤلاء المرضى جرعة مخفضة جداً من الأنسولين (لتجنب انخفاض السكر في الدم) فإن ذلك قد يعرضهم لخطر ارتفاع السكر في الدم ولما يعرف بالحمض الكيتوني.

وصيام مريض السكر في رمضان راجع إلى قراره الشخصي ويتحمل تبعاته مع استشارة طبيبه الخاص، أما الأطباء فيعتبرون صيام مريض السكر في رمضان أحد التحديات التي يواجهونها إلى أن يتم المريض صيامه دون أى مضاعفات ورغم المخاطر الصحية التي تنطوي على صيام مرضى السكر.

□ التوصيات لمرضى السكر في شهر رمضان.

• مرضى السكر من النوع الأول: وهذا يعتمد فيه المريض على تناول حقن الأنسولين ويحتاج إلى تناول الغذاء بعد أخذ الجرعة مباشرة لتفادي نقص السكر بالدم الذي ربما يؤدي إلى غيبوبة نقص السكر، ومن أعراضها العرق الشديد والدوخة وازدياد نبضات القلب وفي هذا النوع من السكر لا ننصح صاحبه بالصيام ولكن إذا أصر المريض من النوع الأول والمعتمد على الأنسولين على الصيام فيجب أن يكون مستوى السكر بالدم منتظماً ولا يعاني نقصاً في معدل مستوى السكر على الأقل شهرين قبل رمضان وهناك حالات لا يسمح فيها بالصيام مطلقاً للخطر الشديد على حياة مصاب السكر وهي أن يكون مستوى السكر بالدم متارجحاً وغير منتظم وكذلك المرضى المعالجون بمضخة الأنسولين وأيضا مصاب السكر الذي يعاني مضاعفات مثل أمراض القلب والكلى.

• مصاب السكر النوع الثاني:

يجب الاعتماد على أخذ أقراص السكر عن طريق الفم ومعظم هؤلاء يفيدهم الصيام ولكن يتوجب عليهم تنظيم الوجبات في الإفطار والسحور.

• أما النوع الثالث وهو سكر الحمل:

فهو نوع من السكر يظهر في أثناء الحمل وفي ٩٥٪ من الحالات فإن المرض يختفي عقب ولادة الطفل. بينما في نحو ٥٪ من النساء المرضي يبقى معهن بعد ولادة الطفل. إذا كانت المرأة الحامل والمصابة بالسكر في المراحل الأولى من الحمل أى الأشهر الثلاثة الأولى ربما تجد الصيام صعباً.. ففي هذه الفترة يكون الغثيان في أسوأ حالاته ويفقد الجسم السوائل وبعض المعادن وفي حال شعور المرأة المصابة بالسكر وأصررت على الصيام بأي دوار أو هبوط أو خفقان بالقلب فيجب عليها أن تفرط وتقوم بمراجعة الطبيب الاختصاصي وينصح أي امرأة حامل أو مريضة أن تستشير طبيبها الخاص قبل بداية شهر رمضان حتى لو كانت لا تعاني مرض سكر الحمل فهو ينصحها حسب حالتها الصحية إذا كان بإمكانها الصوم دون وجود مخاطر.

إيناس عبد الغنى



PRESS CLIPPING SHEET