

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Shorouq
DATE:	13-February-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	280,000
TITLE :	Blood glucose...notes and results
PAGE:	15
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

سكر الدم..

ملاحظات ونتائج

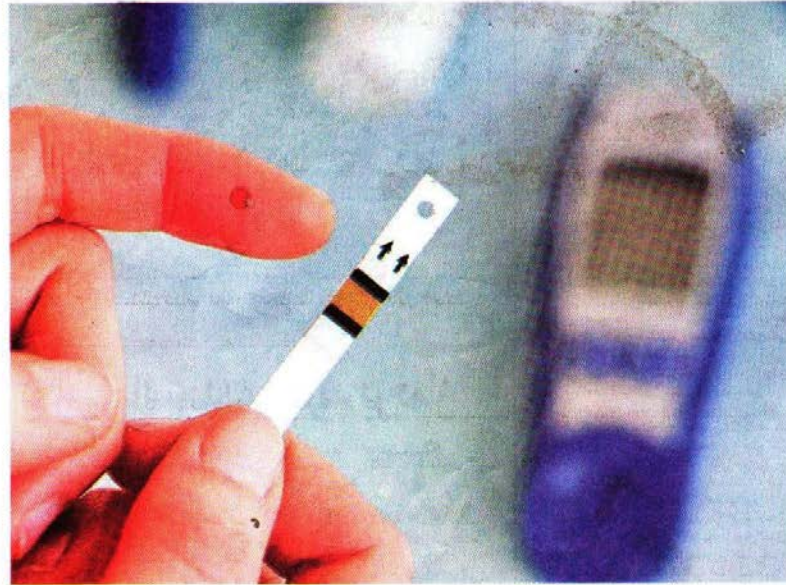
المريض النشويات لمدة ثلاثة أيام متتالية بحيث لا تقل الكمية عن ١٥ جرام يوميا (زغيف عيش) ثم يتم عمل رسم بياني يوضح معدل السكر بعد فترة صيام من ١٠ - ١٤ ساعة على مدى ثلاث ساعات يسترخى فيها المريض تماما ويمتنع فيها عن الأكل والتدخين. يستخدم أيضا هذا الاختبار لمعرفة إذا ما كان ارتفاع السكر ناشئا عن الحمل حيث تصوم الحامل من ٨ - ١٢ ساعة يجري بعدها الاختبار.

اختبار الهيمجلوبين السكري وهو اختبار حديث ينين عن متوسط معدل السكر في الدم خلال الشهور الثلاثة السابقة له.

تختلف نسب السكر الطبيعية وفقا للعمر

عند الطفل المولود قبل موعده: ٢٠ - ٦٠ مجم/ديسيلتر من الدم
عند الرضيع: ٤٠ - ٩٢ مجم/ديسيلتر من الدم
عند الأطفال قبل السنتين: ٦٠ - ١٠٠ مجم/ديسيلتر من الدم
عند الأطفال فوق السنتين أي مرحلة النضج والبالغين: ٧٠ - ١١٠ مجم/ديسيلتر من الدم.

قد يكون من الحكمة ألا تسرع باستخدام الأدوية عند اكتشاف ارتفاع نسبة السكر في الدم للمرة الأولى بل يجب أن نشروى لنبحث عن سبب آخر لارتفاع نسبة الجلوكوز. قد يكون التخلص من بعض الوزن الزائد وبداية برنامج رياضي ضعيف أو مراجعة ما نتناول من أدوية أو ما نأكل من غذاء أو نعانى من ضغط نفسي مختلف هو العلاج المبدئي المطلوب. إذ إننا قد نعالج العرض بدلا من الاستعداد لمواجهة المرض.



تقدير نسبة السكر في الدم (الجلوكوز) اختبار معملي مهم يمكن من تشخيص مرض السكر بنوعيه: الأول وفيه يغيب تماما هورمون الأنسولين الذي يفرزه البنكرياس ويمكن تشخيصه عند الأطفال وعلاج بالأنسولين مدى الحياة، أو النوع الثاني: الذي يصيب البالغين وقد يصاحبه أي من عوامل الخطر الأخرى التي تهدد حياة الإنسان ومنها ارتفاع ضغط الدم والسمنة وزيادة نسبة الدهون بالدم أو تصلب شرايين القلب وأمراض شرايينه.

ينصح بعمل تحليل السكر في الدم لكل من هم في سن الأربعين فأكثر فمشاكل مرض السكر تزحف ببطء لكنها لا تتراجع مع العلاج وكلما جاء تشخيصه مبكرا كان علاجها أنجح والرقابة منها واردة.

قد يكون ارتفاع السكر عرضا لمرض آخر كالتهاب وأورام البنكرياس أو مصاحبا للضغط النفسي أو الإفراط في تناول القهوة والتدخين أو تناول بعض الأدوية.

قياس السكر في الدم يتم في المعمل عادة رغم سهولة الحصول الآن على أجهزة يتم بها القياس في المنزل تتنافس في بساطة الحصول على قراءة سريعة من قطرة دم واحدة تحصل عليها بشكة بسيطة للإصبع. الواقع أن دقة نتائج هذه الأجهزة محل تساؤل رغم أنها تستعمل على نطاق واسع في العالم كله إذ إنها تقيس نسبة السكر في شعيرات دموية طرفية تتأثر بعوامل مختلفة، بينما قياس المعمل يعتمد على عينة مباشرة من أحد الأوردة الرئيسية للذراع لذا فهي الأصديق وعليه يمكن لمريض السكر أن يلجأ لقياس السكر مرة أسبوعيا في المعمل وإن بقي

القراءات المنزلية يهتدي بها لتحديد جرعة الدواء أو الأنسولين بصورة يعلم أنها تقريبية.

• هناك قياسات عدة لمعدلات السكر في الدم

• قياس السكر بعد صيام من ٨ - ١٠ ساعات

• قياس نسبة السكر بعد ساعتين من تناول الطعام

• قياس مستوى السكر بصورة عشوائية في أي وقت من النهار

• منحنى السكر بالدم وفيه يتناول