

ما هو مرض السكري؟

يحدث مرض السكري عندما يواجه الجسم صعوبة في استخدام السكر (الجلوكوز) للحصول على الطاقة. يحتاج الجسم إلى الأنسولين للمساعدة في نقل السكر من الطعام الذي نتناوله إلى خلايا أجسامنا. وإذا لم يتمكن السكر من الدخول إلى الخلايا، فإنه يتراكم في الدم ويتسبب في إلحاق الضرر بالجسم.

ما هو السكري من النوع الأول (1)؟

هو مرض مناعي ذاتي يتوقف فيه الجسم عن إنتاج الأنسولين أو يُنتج كمية قليلة جدًا منه. لا يمكن الوقاية من السكري من النوع الأول (1) ويجب معالجته بالأنسولين يوميًا. ويمثل تاريخ العائلة المرضي عامل خطر مهمًا.

ما هي مراحل السكري من النوع الأول (1)؟

يتطور السكري من النوع الأول (1) على ثلاث مراحل.

- **المرحلة 1:** لا تظهر أعراض، ويكون سكر الدم طبيعيًا.
- **المرحلة 2:** لا تظهر أعراض، لكن سكر الدم يتغير ويصبح من الصعب تنظيمه.
- **المرحلة 3:** تبدأ الأعراض بالظهور، ويكون سكر الدم مرتفعًا، ويبدأ الاعتماد على الأنسولين.

ما هي علامات التحذير لمرض السكري من النوع الأول (1)؟

التبول المتكرر، زيادة العطش وجفاف الفم، زيادة الشهية (الشعور بالجوع الشديد)، تغيرات مفاجئة في الرؤية، النعاس/التعب، رائحة فم فاكهية، فقدان وزن غير مبرر. ويمكن أن يكون ظهور الأعراض مفاجئًا، خاصة عند الأطفال الصغار.

ما هو فحص السكري من النوع الأول (1)؟

فحص السكري من النوع الأول (1) يعني إجراء الاختبارات قبل ظهور الأعراض، وقد يشمل فحص دم للكشف عن علامات تُسمى الأجسام المضادة الذاتية أو اختبار دم يقيس مستوى السكر في الدم. ويمكن لفحص الأجسام المضادة الذاتية أن يكتشف وجود السكري من النوع الأول (1) مبكرًا (قبل الحاجة إلى الأنسولين)، وقد يساعد في تأخير ظهور الأعراض من خلال بدء الرعاية في وقت أبكر.

ما هو السكري من النوع الثاني (2)؟

هو مرض يُنتج فيه الجسم الأنسولين، ولكن إما لا يُنتج كمية كافية أو لا يستخدمه بفعالية. وهذا النوع أكثر شيوعًا لدى البالغين، لكن المزيد من الأطفال والمراهقين حاليًا يصابون به أكثر من الماضي. ويرتبط غالبًا بعوامل خطر مثل زيادة الوزن غير الصحي أو قلة النشاط البدني، لكن بعض الخلفيات العرقية تاريخ العائلة المرضي قد يزيد أيضًا من خطر الإصابة.

ما الذي يمكنك فعله للمساعدة في الوقاية من السكري من النوع الثاني (2)؟



تناول طعامًا صحيًا



كن نشيطًا



تحكم في الوزن

ماذا لو ظهرت على طفلي العلامات التحذيرية أو جاءت نتيجة الفحص إيجابية؟

زر مقدم الرعاية الأولية لطفلك على الفور إذا ظهرت عليه العلامات التحذيرية. اسأل عما إذا كانت هناك حاجة لاختبارات أو فحوصات إضافية بناءً على العلامات التحذيرية أو عوامل الخطر. وإذا تم تشخيص طفلك بمرض السكري، فاعمل مع مقدم الرعاية الأولية لطفلك لوضع خطة علاج. فالرعاية المبكرة يمكن أن تساعد في الوقاية من الأمراض الخطيرة.

لمزيد من المعلومات: breakthrough1d.org • diabetes.org

ما هي مقدمات السكري؟

قبل أن يُصاب الأشخاص بالسكري من النوع الثاني (2)، غالبًا ما يُعانون من مقدمات السكري، حيث يكون مستوى الجلوكوز في الدم أعلى من الطبيعي ولكن ليس مرتفعًا بما يكفي ليُصنّف كمرض سكري. ومقدمات السكري يمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالسكري من النوع الثاني (2). يمكن لمقدم رعاية أولية أن يوصي بخطوات غالبًا ما توقف مقدمات السكري أو تبطئ تطورها.

قد تكون البقع الجلدية الداكنة (الشواك الأسود) علامة مبكرة مرئية لمقدمات السكري أو السكري من النوع الأول (1)، والتعرف عليها مبكرًا قد يساعد في تأخير المرض أو منع تطوره.

ما هي علامات التحذير لمرض السكري من النوع الثاني (2)؟

التبول المتكرر، زيادة العطش، زيادة الشهية (الشعور بالجوع الشديد)، الإرهاق (تعب شديد)، تشوش الرؤية، بطء التئام الجروح/الكدمات، تنميل/ألم/وخز في اليدين أو القدمين.

ما هو فحص السكري من النوع الثاني (2)؟

يشمل فحص السكري من النوع الثاني (2) غالبًا اختبار دم يقيس مستوى السكر في الدم. ويمكن استخدام نفس الاختبار للكشف عن مقدمات السكري. ويمكن للفحص أن يكشف مقدمات السكري أو مرض السكري مبكرًا، قبل ظهور علامات تحذيرية، وقد يقلل من خطر المضاعفات التي تهدد الحياة ومن الحاجة إلى دخول المستشفى.