



راه کاهش آسیب به کلیه‌ها در بیماران مبتلا به دیابت

متخصص دیابت راه‌های کاهش خطر آسیب به کلیه‌ها را در بیماران دیابتی تشریح کرد و گفت: ترک استعمال سیگار یکی از مهمترین اقداماتی است که می‌توان در این راستا مؤثر واقع شود.

متخصص دیابت راه‌های کاهش خطر آسیب به کلیه‌ها را در بیماران دیابتی تشریح کرد و گفت: ترک استعمال سیگار یکی از مهمترین اقداماتی است که می‌توان در این راستا مؤثر واقع شود.

مهریار خسروشاهی در گفت‌وگو با فارس، در ارتباط با تاثیر سیکل قاعدگی بر سطح گلوکز خون گفت: یک هفته پیش از شروع سیکل قاعدگی سطح برخی هورمون‌ها مثل پروژسترون بالا می‌رود و احساس نفق و مایع اضافی در شکم همچنین احساس درد و ناراحتی در این قسمت از بدن نشانه‌های افزایش این هورمون‌هاست.

وی افزود: این موارد سبب استرس در بدن شده و در نتیجه کارکرد مناسب انسولین سخت می‌شود. لذا اگر متوجه شدید سطح گلوکز خون در زمان پیش از قاعدگی بالاتر است باید با پزشک مربوطه مشورت کنید تا میزان انسولین خون را به میزان متعادل نگه دارید.

این متخصص دیابت خاطرنشان کرد: البته این تغییرات برای هر شخصی می‌تواند متفاوت باشد و نتایج مختلفی در سطح گلوکز آن ایجاد شود.

وی در مورد روش پایین آوردن خطر آسیب به کلیه‌ها در افرادی که دیابت دارند، گفت: افراد مبتلا به دیابت در صورت استعمال سیگار کلیه‌هایشان 4 برابر زودتر خراب می‌شود. همچنین کنترل فشار خون سبب کاهش آسیب به کلیه‌ها شده لذا مهمترین توصیه به بیماران دیابتی این است که اگر مبتلا به دیابت هستید و سیگار می‌کشید حتما باید آن را ترک کنید.