

**عوارض دیابت**

دیابت بیماری بسیار شایع و بااهمیتی است که هفته‌های گذشته در قالب چند مقاله انواع آن مورد بحث قرار گرفته است. این هفته و هفته‌های آتی در مورد عوارض مهم و متعدد این بیماری توضیح داده خواهد شد.

دیابت بیماری بسیار شایع و بااهمیتی است که هفته‌های گذشته در قالب چند مقاله انواع آن مورد بحث قرار گرفته است. این هفته و هفته‌های آتی در مورد عوارض مهم و متعدد این بیماری توضیح داده خواهد شد.

بیشتر عوارض دیابت به دلیل اثرات تخریبی قند بالای خون روی نقاط مختلف بدن ظاهر می‌شود، اگرچه تقریباً تمامی اعضای بدن دچار اثرات تخریب این بیماری می‌شوند، ولی برخی از اندام‌ها در این بیماری بیشتر در معرض تخریب هستند، از جمله کلیه‌ها، قلب، چشم‌ها، رشته‌های اعصاب محیطی، معده، دستگاه ادراری، دستگاه تناسلی و اندام‌ها به خصوص پاها.

بررسی‌های فراگیر و دامنه‌داری که در نقاط مختلف دنیا روی عوارض دیابت انجام شده نشان داده‌اند که با کنترل دقیق قند خون، بسیاری از این عوارض کاهش یافته و سال‌های زیادی فرد مبتلا می‌تواند بدون عارضه به زندگی ادامه دهد. نکته مهم دیگر این است که برخی از این عوارض تقریباً در تمام افراد دیابتی ظاهر می‌شوند ولی برخی از عوارض فقط در گروهی از بیماران دیابتی تظاهر می‌کند، مثلاً بیماری شبکیه چشم در تمام دیابتی‌ها پس از چند سال ظاهر می‌شود، ولی بیماری شدید شبکیه چشم یا بیماری کلیه‌ها فقط در درصدی از بیماران دیابتی ظاهر می‌شود و همه دیابتی‌ها دچار چنین عوارضی نمی‌شوند.

نکته مهم دیگر در مورد عوارض دیابت این است که اگر فرد مبتلا به دیابت همزمان به فشار خون و چربی بالای خون مبتلا باشد، بسیاری از عوارض دیابت در او ظهور سریع‌تر و شدیدتر خواهند داشت.

به این ترتیب برای پیشگیری از عوارض دیابت در کنار کنترل قند خون باید فشار خون و چربی خون را هم کنترل کرد. کشیدن سیگار نیز در فرد مبتلا به دیابت می‌تواند ظهور عوارض دیابت را تسریع کند.

برای به تاخیر انداختن عوارض دیابت علاوه بر موارد گفته شده می‌بایست به صورت دوره‌ای اعضای در معرض عارضه را کنترل نمود، مثلاً در مورد بیماری شبکیه چشم کنترل سالانه توسط چشم پزشک می‌تواند به درمان سریع عوارض در مراحل اولیه بینجامد، یا در مورد زخم پاها اولاً فرد باید هر روز پاهایش را وارسی کند و دوم این‌که در صورت بروز کوچک‌ترین زخمی به پزشک مراجعه کند تا تحت مداوا قرار گیرد. در هفته‌های آتی به تفصیل در مورد انواع عوارض دیابت و راه‌های پیشگیری و درمان آنها خواهیم نوشت.

دکتر رضا کریمی

متخصص بیماری‌های داخلی