

بیماران دیابتی از گیاهان دارویی استفاده نکنند

یک کارشناس بیماری دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی گفت: مصرف قند و شکر ارتباط مستقیم با بیماری دیابت ندارد.



سلامت نیوز: یک کارشناس بیماری دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی گفت: مصرف قند و شکر ارتباط مستقیم با بیماری دیابت ندارد.

حسن کریمی در گفت‌وگو با ایسنا، افزود: مصرف قند و شکر ارتباط مستقیمی با بیماری دیابت ندارد اما مصرف بیش از حد آن با افزایش وزن، فرد را مستعد برای بیماری دیابت نوع 2 می‌کند.

وی افزود: ممنوعیتی برای مصرف مواد قندی برای این بیماران وجود ندارد، اما باید توجه داشته باشند که همانند افراد سالم نمی‌توانند از این مواد مصرف نمایند و قبل از مصرف باید با پزشک معالج خود مشورت کنند.

کریمی همچنین با اشاره به برنامه غذایی خاص افراد دیابتی اظهار کرد: رژیم‌های سختگیرانه ای برای بیماران دیابتی توصیه نمی‌شود ولی این افراد باید بین میزان فعالیت فیزیکی، تغذیه و داروهای دیابتی یک توازن برقرار نماید بنابراین ضروریست به صورت دوره‌ای با یک متخصصین تغذیه و فوق تخصص بیماری‌های غدد مشاوره کنند و تحت نظر ایشان شیوه زندگی متعادلی را برای خود فراهم سازند.

این کارشناس بیماری‌ها در پاسخ به این سوال که آیا افراد مبتلا به دیابت باید مقادیر بسیار اندکی از مواد غذایی نشاسته‌ای مثل نان، سیب زمینی، ماکارونی و رشته مصرف کنند، افزود: مواد نشاسته‌ای در واقع همان مواد قندی هستند و باید متناسب با مقدار دارویی مصرفی و فعالیت فیزیکی مصرف شود؛ مقادیر بسیار کم موجب افت قند خون و پدید آمدن عوارض خواهد شد و مقادیر زیاد نیز موجب افزایش بیش از حد قند خون می‌شود.

کریمی گفت: به علت ضعف ایمنی در این بیماران احتمال ابتلا به انواع بیماری‌های عفونی بالا بوده که بیماران دیابتی در جهت محافظت خویش از این بیماری‌ها باید بیشتر تلاش کنند.

وی با اشاره به تاثیر انسولین در بیماران مبتلا به دیابت نوع یک، اذعان کرد: در بیماران دیابتی نوع یک با توجه به این‌که انسولین به صورت طبیعی در بدن تولید نمی‌شود و یا مقادیر آن کم است، سلول‌ها از قند محروم شده و موجب لاغری و کاهش وزن می‌شود که این یکی از علایم بیماری دیابت است.

وی ادامه داد: به دنبال تجویز انسولین وزن افراد به حد نرمال باز می‌گردد و موجب اضافه وزن و یا چاقی نمی‌شود.

وی در رابطه با مصرف گیاهان دارویی برای بیماران دیابتی، افزود: این مواد به علت داشتن موثر متعدد و همچنین نامشخص بودن دوز ماده موثره آن و عدم مطالعات کافی بر روی عوارض و میزان تأثیر آن روی بیماری، برای درمان پرعارضه مانند دیابت به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

این کارشناس همچنین درباره نحوه درمان این بیماری، خاطرنشان کرد: بسته به نوع دیابت درمان نیز متفاوت است. دیابت نوع یک درمان قطعی نداشته و باید تحت درمان دائمی باشند اما نوع دو در صورت کاهش وزن و درمان مناسب کنترل آن امکان پذیر است.

کریمی با اشاره به راهکارهای درمان این بیماری، افزود: دیابت نوع دو با اصلاح شیوه‌های زندگی، رژیم غذایی مناسب و افزایش فعالیت و کاهش منطقی وزن قابل تنظیم است در حالی که با پیشگیری‌های ثانویه همچون غربالگری و بیماریابی نیز می‌توان از عوارض بعدی آن جلوگیری کرد.

کارشناس بیماری دانشگاه علوم پزشکی آذربایجان غربی توصیه کرد: افراد دیابتی به علت مشکلات عصبی و نداشتن حس گرمایی نوک انگشتان و پاها، از پابرهنه راه رفتن و انتخاب کفش‌های نامناسب بپرهیزند و همچنین از جوراب‌های سفید رنگ استفاده کنند تا در صورت بروز عارضه به موقع متوجه شوند.