

شلیک «دیابت» به ایرانیان

اعداد مبتلایان به دیابت در کشور، سال ۹۵، ۱۱ درصد بود و سال گذشته به ۱۴.۵ درصد رسید. مدیر برنامه کشوری پیگیری و کنترل دیابت وزارت بهداشت می‌گوید کرونا در افزایش ابتلا به دیابت تأثیر داشته است.



تعداد مبتلایان به دیابت در کشور، سال ۹۵، ۱۱ درصد بود و سال گذشته به ۱۴.۵ درصد رسید. مدیر برنامه کشوری پیگیری و کنترل دیابت وزارت بهداشت می‌گوید کرونا در افزایش ابتلا به دیابت تأثیر داشته است. خطر ابتلا به دیابت پس از درگیر شدن با کرونا، موضوعی است که در پژوهش‌های جهانی هم ثابت شده؛ موضوعی که سبب شد تا متخصصان از مبتلایان به کرونا بخواهند پس از بهبود، وضعیت قندخونشان را بررسی کنند. حالا همین موضوع گریبان ایرانیان را هم گرفته است.

به گزارش ایسنا، روزنامه «همشهری» در ادامه نوشت: ماجرای ابتلا به دیابت پس از بهبودی از کرونا، موضوعی است که از سوی علیرضا استقامتی، عضو کمیته علمی کرونا هم مطرح می‌شود. به گفته او مطالعه ای که حدود ۳ هفته قبل در نشریه «لنست» منتشر شد، نشان می‌داد که از میان ۱۸۰ هزار سرباز آمریکایی که به کرونا مبتلا شده و بهبود یافته بودند، ریسک بروز دیابت ۴۰ درصد نسبت به افراد بدون ابتلا بیشتر بوده است. در ایران هم با اینکه هنوز مطالعات مشخصی در این باره انجام نشده اما به گفته علیرضا مهدوی، مدیر برنامه کشوری پیگیری و کنترل دیابت در وزارت بهداشت براساس بررسی‌های انجام شده در سال گذشته جمعیت بالای ۲۵ سال کشور مبتلا به دیابت نسبت به سال ۹۵، ۴.۵ درصد افزایش پیدا کرد. البته او این توضیح را هم اضافه می‌کند که دلیل این افزایش تنها کرونا نیست: «عواملی از جمله قرنطینه، خانه نشینی مردم، کم تحرکی و همچنین افزایش متوسط سن جمعیت هم در این زمینه نقش دارند.»

حالا به تأکید متخصصان، با اینکه اینگونه اطلاع‌رسانی‌ها نباید سبب ایجاد ترس در جامعه شود و باید جنبه آگاهی‌رسانی داشته باشد اما بهبودیافته‌های کرونا در صورت برهم خوردن تعادل قند خون و تداوم این زمان تا ۲ هفته، باید نسبت به انجام آزمایشات و مراجعه به پزشک اقدام کنند.

رمدسیور نقشی در ابتلا به دیابت ندارد

علیرضا استقامتی، عضو کمیته علمی کرونا با اشاره به نتایج تحقیقات بین‌المللی در حوزه افزایش شیوع دیابت پس از پاندمی کرونا به ایسنا می‌گوید: «بررسی‌های طولانی‌مدت نشان داده میان آن گروه از بیماران که در مرحله حاد کرونا بودند، شیوع دیابت بیشتر بوده است و در مواردی حتی فرد بدون اینکه سابقه دیابت داشته باشد، این بیماری خودش را نشان داده. در برخی افراد مبتلا به کرونا پس از مراجعه به بیمارستان مشخص شد که میزان قند خون شان در بدو بستری بالا بوده، درحالی که بسیاری از آنها قبلاً سابقه دیابت هم نداشتند.»

او درباره علت بروز دیابت به دنبال ابتلا به کرونا توضیح می‌دهد: «گاهی این اتفاق به دلیل استرس ناشی از ابتلا به کرونا و گاهی هم در پی مصرف کورتون برای درمان انواع شدید کرونا ممکن است، رخ دهد و به طور موقت قند خون را بالا ببرد. در هر حال به دلایل مختلف در افرادی که در مرحله حاد بیماری اند ممکن است افزایش قندخون ایجاد شود، برای گروهی این وضعیت گذراست و برای برخی هم در آینده می‌تواند تبدیل به دیابت شود.»

او درباره تأثیر داروهای درمان‌کننده کرونا از جمله رمدسیور در بروز دیابت پس از ابتلا به کرونا هم می‌گوید: «در مطالعه انجام شده روی سربازان آمریکایی هیچ ردیابی از رمدسیور نبوده و تنها کسانی که کورتون مصرف کردند افزایش قندخون داشتند ولی زمانی که جان فرد در خطر است و با این دارو می‌توان جان او را نجات داد چاره‌ای جز استفاده از آن نداریم. البته بیشتر افراد پس از دوره مصرف دارو بهبود می‌یابند و به دیابت مبتلا نمی‌شوند، اما کسانی که زمینه و استعداد دارند ممکن است به دیابت مبتلا شوند.»

کرونا تنها عامل مؤثر در افزایش دیابت نیست

کسانی که مبتلا به کرونا می‌شوند پس از بهبودی به میزان بیشتری در معرض ابتلا به دیابت نوع ۱ قرار دارند. این نکته ای است که اسدالله رجب، رئیس انجمن دیابت ایران به آن اشاره می‌کند و می‌گوید: «بطور معمول در اواخر زمستان و اوایل بهار، همچنین اواخر تابستان و اوایل پاییز هم شیوع بالای دیابت داریم که دلیل اصلی این مسئله مشخص نیست و ارتباطی به کرونا ندارد. در تمام دنیا همین وضعیت است و برخی می‌گویند تغییر فصل و برخی دیگر شروع مدارس را مطرح می‌کنند، اما دلیل علمی برای آن وجود ندارد.»

به گفته رجب، درباره افزایش احتمال ابتلا به دیابت برای بهبودیافته‌های کرونا مطالعات دقیقی در کشور وجود ندارد، اما این مسئله در دیگر کشورها مورد بررسی قرار گرفته و ثابت شده است، حتی منجر به تشدید بیماری در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ هم شده است. او درباره اینکه مردم چه زمانی باید نسبت به افزایش قند خون توجه و به پزشک مراجعه کنند، توضیح می‌دهد: «در حالت طبیعی، میزان قند خون قبل از غذا ۱۰۰ و ۲ ساعت بعد از غذا ۱۴۰ است. افزایش این میزان، نشانه اختلال در سوخت و ساز قند است و اگر ادامه دار باشد فرد باید آزمایش‌های لازم را انجام دهد. همچنین توجه به تغذیه، فعالیت‌های جسمی و مدیریت استرس هم باعث می‌شود کنترل بیماری در این افراد بیشتر شود.»

داروهای کرونا تعادل بدن را به نفع دیابت تغییر می‌دهند

یکی از مهم ترین عوامل در برابر بیماری ها، قدرت سیستم ایمنی بدن افراد است. هر عاملی که بتواند باعث ضعف این سیستم شود، منجر به بیماری می شود. کرونا هم با تضعیف سیستم ایمنی بدن، احتمال ابتلا به بیماری هایی از جمله دیابت را افزایش داده است. مهدی شادنوش، رئیس سابق مرکز مدیریت پیوند و درمان بیماری های وزارت بهداشت با بیان این مطلب به نقش داروها در ابتلا به دیابت اشاره می کند و می گوید: «در مراحل درمان، داروهای متعددی از جمله آنتی بیوتیک، ضدالتهاب و کورتون ها مورد استفاده قرار می گیرد و مجموعه این عوامل می تواند تعادل بدن را برهم بزند و به نفع برخی بیماری های مزمن از جمله دیابت شرایط فرد را تغییر دهد. بطور کلی کرونا می تواند با برهم زدن تعادل سیستم ایمنی و نقص در عملکرد اعضای مختلف بدن زمینه ساز بیماری های مزمن دیگری باشد.»

به گفته این عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی، برهم خوردن تعادل قند خون در طول زمان اهمیت دارد اما ممکن است فرد بصورت مقطعی دچار این مشکل شود اما اگر این نبود تعادل ماندگار و دو هفته در حد بالا باقی بماند، باید بطور جدی مورد بررسی قرار گیرد. او معتقد است شرایط دیابت برای بیمارانی که در مراکز درمانی بستری می شوند، خطرناک نیست، چرا که بصورت مرتب تحت بررسی قرار می گیرند، اما کسانی که در منزل قرنطینه و خوددرمانی می کنند، باید نسبت به برهم خوردن تعادل قند خونشان توجه بیشتری داشته باشند.

افزایش ۴.۵ درصدی ابتلا به دیابت در کشور

در اواسط پاندمی کووید-۱۹، ابتلا به دیابت نوع ۱، بعد از ابتلا به کرونا مطرح شد اما اخیرا نتایج مطالعات بین المللی نشان داده که بهبود یافته های کرونا بیشتر به دیابت نوع ۲ مبتلا می شوند. این موضوع را علیرضا مهدوی، مدیر برنامه کشوری پیگیری و کنترل دیابت وزارت بهداشت می گوید و ادامه می دهد: «در کشور هر سال مطالعات پیمایشی درباره دیابت داشتیم، اما در سال ۹۸ با شیوع پاندمی کرونا این مطالعه متوقف شد. اواخر سال ۹۹ مطالعه جدیدی داشتیم و متوجه شدیم که شیوع دیابت در ایران در جمعیت بالای ۲۵ سال ۴ تا ۵ درصد نسبت به سال ۹۵ افزایش داشته است. البته نمی توانیم بطور قطعی کرونا را تنها عامل این افزایش بدانیم چرا که در این مدت بدلیل قرنطینه و خانه نشینی مردم، کم تحرکی هم وجود داشته و علاوه بر آن متوسط سن جمعیت در کشور هم در حال افزایش است. مجموعه این عوامل می تواند منجر به افزایش بیماری در کشور شود.»

مهدوی البته معتقد است احتمال ابتلا به دیابت بر اثر ابتلا به کرونا چندان نگران کننده نیست و مسئله مهم تر که قبل از کووید -۱۹ هم مطرح بود و قطعا در آینده هم وجود خواهد داشت، سبک زندگی مردم است: «شیوع دیابت، فشار خون و بیماری های مزمن بالاست و مردم به نوعی با این بیماری ها زندگی می کنند اما نکته اینجاست که سالانه جمعیت افرادی که بر اثر دیابت جان خود را از دست می دهند از کل مرگ های کووید-۱۹ بیشتر است و کسی به این موضوع حساس نیست. ممکن است در دوره پاندمی با افزایش موارد ابتلا به دیابت مواجه شده باشیم اما این عدد در جمعیت بزرگ دیابتی های کشور چندان به چشم نمی آید. سبک زندگی و کاهش فعالیت های بدنی مردم باعث بروز بیماری شده و ضرورت دارد که تغذیه و شیب زندگی آنها بویژه با بازگشایی مراکز آموزشی و پایان دورکاری ها درست شود.»

به گفته این مسئول در وزارت بهداشت، براساس بررسی های انجام شده در سال قبل ۱۴.۵ درصد جمعیت بالای ۲۵ سال کشور دیابت داشتند و این عدد نسبت به سال ۹۵ که روند ابتلا به دیابت کاهشی و ۱۱ درصد بود، ۴.۵ درصد افزایش را نشان می دهد. او می گوید: «پیش از پاندمی کرونا ما مداخلات خوبی در پیشگیری از بیماری داشتیم اما با شیوع کووید-۱۹ سیستم سلامت تعطیل و تمام توجهات به کرونا معطوف شد. با کاهش بیماری، دوباره برنامه ها و سطح مراقبت های پیشگیری از دیابت افزایش خواهد یافت اما در این میان نمی توان نقش عوامل مخدوش کننده را نادیده گرفت. کرونا، مواجهه طولانی با آلودگی هوا، استرس و مشکلات اقتصادی و از همه مهم تر پیرشدن جمعیت و افزایش میانگین سن جامعه می توانند در افزایش بیماری های غیرواگیر از جمله دیابت مؤثر باشند.»