



روزنامه صبح غرب کشور

صاحب امتیاز: مسعود جوادندل | مدیرمسئول: سید حسن قشمی | سردبیر: زهره پوروهایی چاپ: پیام رسانه | نشانی تحریریه: همدان، خیابان پاستور، کوچه شهید عزیزان، پلاک ۵۹

تلفن دفتر مرکزی: ۳۱۳۳۰ - ۰۸۱ | امور مشترکین: ۰۹۱۸۳۱۶۸۵۷۴

صاحب امتیاز روزنامه: ۰۹۱۸۸۱۲۵۴۱ | آگهی‌ها: ۰۲۸۲۵۴۰۴۰ - ۰۸۱

پیامک: ۳۰۰۰۱۸۱۸۶۰ | ارتباط با تحریریه: ۳۸۲۷۲۹۳۹ - ۰۸۱ | دورنما: ۳۸۲۸۱۸۴۹ - ۰۸۱

| گستره توزیع: استان‌های ایلام - کرمانشاه - کردستان - مرکزی - همدان |

امام علی علیه‌السلام فرمودند: دانش، میراثی است گرانبهای و آداب، زیورهایی نو به نو و اندیشه، آینه‌ای صافی است.

sepehrgharb_live | Email: sepehrgharb.news@gmail.com | www.sepehrgharb.ir

مدیرعامل انجمن دیابت ایران مطرح کرد:

نداشتن تعرفه پزشکی و ابزار درمان، از مشکلات پای دیابتی

درد مبتلا به دیابت نباشند.

وی با اشاره به اینکه دیابت در نوزاد به‌صورت بسیار نادر رخ می‌دهد، اظهار کرد: یک نوع دیابت خاص وجود دارد که به‌دلیل وجود برخی مشکلات آنزیمی و سندروم‌های ژنتیکی ایجاد می‌شود؛ در این نوع احتمال دارد که نوزاد نیز در زمان تولد دیابت بگیرد، اما چون احتمال آن بسیار کم است، جزء دیابت نوع چهار قرار می‌گیرد.
نیکوسخن با اشاره به اینکه اگر دیابت کنترل نشود عوارض جبران‌ناپذیری دارد، گفت: بیشترین عوارضی که در افراد مبتلا به دیابت دیده می‌شود، به دو دسته تقسیم می‌شوند عوارض عروق کوچک که ممکن است در شبکه چشم، کلیه‌ها و در رشته‌های عصبی بدن بروز کند (عوارض دیابت بر این رشته‌های عصبی و گرفتگی، اغلب در پا رخ می‌دهند و نوروپاتی نام دارند که منجر به زخم پای دیابتی می‌شوند) و دسته دوم عروق بزرگ است؛ عروقی که در قلب، مغز و اندام محیطی پا هستند که درصورت عدم کنترل، عواقب خطرناکی را به دنبال خواهد داشت.

وی با اشاره به موارد پیشگیری از عوارض دیابت، عنوان کرد: در وهله نخست باید قند خون دیابتی کنترل شود، اما از آنجا که دیابت تنها در قند خون خلاصه نمی‌شود، می‌بایست چربی خون و فشار خون نیز کنترل شوند و از استعمال دخانیات هم خودداری شود؛ همچنین آگاه باشد که از داروهایی مانند آسپرین و مشابه آن می‌تواند استفاده کند یا خیر.

رئیس هیئت‌مدیره پیشگیری از بیماری‌های غیر واگیر کشور اظهار کرد: حال درنظر بگیرد که فرد تمام کنترل‌ها و پیشگیری‌ها را انجام داده است، با این وجود نیز دائماً می‌بایست ازلحاظ عوارض دیابت، کنترل شود و تمام موارد با اندازه‌گیری کراتین و آلبومیم خون به‌طور مرتب بررسی شود. وی با اشاره به اینکه معاینه پای دیابتی نیز از الزاماتی است که باید این افراد به‌طور منظم انجام بدهند، گفت: متأسفانه در ایران این کار انجام نمی‌شود و دلایل متفاوتی دارد؛ ازجمله اینکه بیمار این آموزش را دریافت نکرده که پایش باید معاینه شود، از طرفی اکثر پزشکان ما به این مسئله اعتقاد ندارند و همچنین در اکثر کلینیک‌ها

سپهرغرب، گروه سلامت؛ مدیرعامل انجمن

دیابت ایران با اشاره به اینکه مهم‌ترین مسئله در درمان پای دیابتی تعرفه‌های پزشکی است، گفت: تعرفه‌ای برای درمان پای دیابتی تعریف نشده است و ابزاری که برای درمان لازم بوده نیز وجود ندارد که با این تفاسیر هزینه‌های درمان برای بیمار دیابتی بسیار زیاد می‌شود؛ از طرفی اگر بخواهیم پزشک را مجبور به انجام درمان با تعرفه‌ای مصوب بکنیم، انگیزه‌ای برای انجام کار ندارد. بنابراین در سیستم تعرفه کشور، هیچ پایدی برای درمان پای دیابتی نداریم.

همه ما از کودکی با خوردن شیرینی‌جات این جمله را از دیگران شنیده‌ایم که با مصرف زیاد قند، دچار مرض قند یا به‌اصطلاح دیابت می‌شوی و این باور از ابتدا در ذهن همه ما نقش بسته که دیابت ناشی از مصرف زیاد قند و خوراکی‌هایی با قند مصنوعی هستند؛ اما آیا واقعاً تنها عامل دیابت قند است؟ شاید بسیاری از ما به دنبال آن هستیم که بدانیم چرا این بیماری بیشتر در چند دهه اخیر به این میزان رشد و افزایش داشته است.

دیابت ازجمله شایع‌ترین بیماری‌های متابولیک محسوب می‌شود. دیابت، پُرفشاری خون و اختلالات چربی‌های خون را بیماری‌های تمدن جدید می‌نامند. تمدن جدید با توجه به شهرنشینی و محدود کردن فعالیت انسان‌ها و افزایش مصرف مواد پُرانرژی و غیره در کنار مزیای، بیماری‌های جدیدی را به ارمغان آورده که قبلاً به آن‌ها بیماری اغنیا یا ثروتمندان اطلاق می‌شده است. در گذشته که شغل اکثر مردم کشاورزی، باغداری و دامداری بوده، اربابان و خوانین و خانواده آن‌ها، با توجه به اینکه کارهایشان توسط دیگران انجام می‌شده، فعالیت کمتری داشته‌اند و از طرفی به انواع مختلف غذا دسترسی داشته‌اند که به این واسطه بیشتر در معرض چاقی، دیابت، و غیره بوده‌اند؛ درحالی‌که زندگی ماشینی کنونی و مصرف غذاهای پُرکالری مثل غذاهای آماده و سریع همه مردم را در معرض خطر قرار داده است. بنابراین سبک زندگی نادرست است که می‌تواند در تشدید این بیماری مؤثر باشد.

اکثر بیماری‌ها در ابتدا علایمی ندارند و فرد متوجه آن‌ها نمی‌شود؛ اما هرکس باید سلامتی فردی خود را جدی بگیرد که به همین دلیل گفت‌وگویی با دکتر امیرکامران نیکوسخن، مدیرعامل انجمن دیابت ایران داشته‌ایم که در ادامه می‌خوانید:

مدیرعامل انجمن دیابت ایران با اشاره به علت بروز دیابت، ابراز کرد: دیابت انواع مختلفی دارد اما نوع دوم آن، شایع‌ترین است که متأسفانه روزبه‌روز در دنیا درحال افزایش است؛ براساس آخرین آمار فدراسیون بین‌المللی دیابت در سال ۲۰۲۱، در جهان ۵۳۷ میلیون نفر مبتلا به دیابت هستند که حدود ۱۰ درصد جمعیت بالغ را شامل

می‌شود.

وی با اشاره به شیوع دیابت در جهان، عنوان کرد: ایران نیز از این قاعده مستثنا نیست؛ با توجه به افزایش دیابت در ایران، طبق آماري که اخیراً ارائه شده است، ۱۴ درصد از افراد بالای ۲۰ سال به دیابت مبتلا هستند که در پنج سال قبل این آمار به ۱۱ درصد رسیده است و آنچه پیش‌بینی می‌شود این بوده که حدود هفت میلیون نفر در ایران درگیر این بیماری هستند.

این پزشک متخصص از بیان اینکه مهم‌ترین علت ایجاد دیابت تغییر سبک زندگی است، گفت: چاقی یکی از عوامل ایجادکننده دیابت است؛ هر یک کیلوگرم اضافه وزن، پنج درصد خطر ابتلا به دیابت را افزایش می‌دهد.

مدیرعامل انجمن دیابت ایران با اشاره به سبک نادرست غذایی که یکی از موارد پُرخوری و تبع چاقی افراد است، افزود: اکثر غذاهایی که ما استفاده می‌کنیم، مملو از کالری است. درحالی که تصور اشتباه بسیاری از افراد جامعه این است که مصرف قند و شکر منجر به دیابت می‌شود، اما درحقیقت آنچه فرد را مبتلا به دیابت می‌کند،

اضافه‌وزن است.

وی با بیان اینکه بیشترین شیوع دیابت در کشورهای آسیایی درحال ایجاد است، ابراز کرد: در کشورهای آفریقایی که در برنامه غذایی آن‌ها مصرف مستقیم شیرینی‌جات نیز وجود ندارد، می‌بینیم که درصد شیوع دیابت زیاد است؛ درحالی‌که طبق پیش‌بینی‌ها کشورهای اروپایی کمترین درصد شیوع دیابت را تا سال ۲۰۴۵ خواهند داشت.

نیکوسخن ضمن توصیه به آموزش همگانی، بالا بردن سطح آگاهی افراد و داشتن سبک غذایی سالم، اذعان کرد: اگر تمام این موارد صورت گیرد، می‌توانیم تا حدود زیادی از ابتلای افراد به دیابت، جلوگیری کنیم.

وی با اشاره به فعالیت بدنی نداشتن اکثر افراد جامعه، عنوان کرد: در جامعه‌ای که مشغله مردم به حدی زیاد است که فرصتی برای ورزش کردن باقی نمی‌گذارد و از طرفی متأسفانه مکان‌های ورزشی متناسب با جمعیت نیز نداریم و یا مبلغ شهریه باشگاه‌های ورزشی زیاد است، همه افراد نمی‌توانند ورزش کنند و بنابراین شاهد افزایش

ابتلا به دیابت هستیم.

این پزشک متخصص با بیان اینکه سن ابتلا به دیابت در افراد پایین آمده است، افزود: زمانی دیابت نوع دو به‌عنوان دیابت بزرگ‌سالی شناخته و در سن‌های ۵۰ و ۶۰ سال ایجاد می‌شد، درحالی که امروزه با کم شدن سن ابتلا به دیابت، شاهد شیوع این نوع بیماری در بین نوجوانان و حتی کودکان نیز هستیم که متأسفانه این سبک زندگی غلط است که باعث شده این نوع بیماری در فرزندانمان بروز کند.

وی با اشاره به شناخت عوامل ابتلا به دیابت و اینکه چه افرادی باید مورد بررسی و کنترل



قرار بگیرند، گفت: آنچه پیش از تمام عوامل در شناخت دیابت حائز اهمیت بوده، سن است که به‌عنوان یک ریزفاکتور مستقل از آن یاد می‌کنیم. نیکوسخن در ادامه تأکید کرد: در وهله نخست تمام افراد بالای ۳۵ سال بدون اینکه هیچ عمل دیگری مثل چاقی و یا سابقه وراثتی داشته باشند، باید براساس توصیه‌های بین‌المللی دیابتی کنترل شوند.

وی عنوان کرد: افرادی که DMA بدن آن‌ها در نژاد آسیایی بالای ۲۳ باشد و در کنار آن سابقه وراثتی، چاقی یا بی‌تحركی داشته باشند، باید

ازنظر شرایط دیابتی بررسی بشوند؛ زیرااین موارد ریزفاکتور به حساب می‌آیند. مدیرعامل انجمن دیابت ایران با اشاره به افرادی که سابقه دیابت بارداری دارند، ابراز کرد: این نوع دیابت در زمان بارداری ایجاد می‌شود که در اکثر موارد بعد از زایمان، برطرف می‌شود؛ اما باید بدانیم که این افراد به‌شدت در معرض ابتلا به دیابت در سال‌های بعد هستند که توصیه می‌شود هرساله ازلحاظ ابتلا به دیابت بررسی شوند.

نژاد آسیایی بالای ۲۳ باشد و در کنار آن سابقه وراثتی، چاقی یا بی‌تحركی داشته باشند، باید ازنظر شرایط دیابتی بررسی بشوند؛ زیرااین موارد ریزفاکتور به حساب می‌آیند.

مدیرعامل انجمن دیابت ایران با اشاره به افرادی که سابقه دیابت بارداری دارند، ابراز کرد: این نوع دیابت در زمان بارداری ایجاد می‌شود که در اکثر موارد بعد از زایمان، برطرف می‌شود؛ اما باید بدانیم که این افراد به‌شدت در معرض ابتلا به دیابت در سال‌های بعد هستند که توصیه می‌شود هرساله ازلحاظ ابتلا به دیابت بررسی شوند.

وی در ادامه به تشریح افراد پیش‌دیابتی پرداخت و گفت: سطحی از قند خون که از حد عادی گذشته، اما هنوز به مرحله دیابت نرسیده است، مرحله‌ای بوده که به‌عنوان پیش‌دیابت از آن یاد می‌شود و تقریباً ۷۰ درصد از افرادی که پیش‌دیابتی هستند، درنهایت به دیابت مبتلا می‌شوند.

نیکوسخن افزود: برای افرادی که در مرحله پیش‌دیابت نیز قرار دارند، ممکن است عوارض دیابت مانند بیماری‌های چشمی و کلیوی به‌وجود بیاید که باید سالیانه دیابت این افراد کنترل شود.



مرا اسکن کنید

- یکشنبه ۲۲ مهر ۱۴۰۳
- سال هفدهم ■ شماره ۲۹۶۶

نماینده‌گی‌های سپهرغرب در استان‌ها

عاطفه آزاد پور (ایلام): ۴۹۰۴ ۹۴۳ ۰۹۱۸

فرزاد منتی (کرمانشاه): ۲۷۲۹ ۱۳۰ ۰۹۱۸

شیرین مرادی(کردستان): ۶۹۸۴ ۸۷۷ ۰۹۱۸

مبینا یاحقی(مرکزی): ۴۹۰۹ ۱۷۹ ۰۹۹۰