# می‌توان دیابت را در کودکان مبتلا، کنترل کرد

26 فروردین 1402

یک کودک مبتلا به دیابت احساس خستگی می‌کند، از دل درد می‌نالد، مقدار زیادی آب می‌نوشد، به طور مرتب لاغر می‌شود و ...، اما می‌توان دیابت را در کودکان مبتلا، کنترل کرد تا بیمار محسوب نشوند.

دیابت یا بیماری قند به علت ناتوانی بدن در تولید یا اثر انسولین پدید می‌آید. انسولین ماده‌ای است که در بدن توسط لوزالمعده ترشح و باعث می‌شود قند یا به عبارتی مهم‌ترین منبع انرژی بدن مورد استفاده قرار گیرد.

## انواع دیابت

دیابت نوع ۱: دیابت قندی وابسته به انسولین که دیابت جوانان هم گفته می‌شود که در این نوع دیابت، تولید انسولین توسط لوزالمعده کم می‌شود یا اصلا تولید نمی‌شود. دیابت کودکان معمولا از نوع ۱ است که به این معنی است که انسولین کم تولید می‌شود. دیابت نوع ۱ به دنبال یک پاسخ ایمنی که هنوز دلیل آن مشخص نشده، رخ داده و بدن خود سلول‌های تولیدکننده انسولین در لوزالمعده را مورد هدف قرار می‌دهد و باعث تخریب آنها می‌شود.

دیابت نوع ۲: دیابت قندی غیر وابسته به انسولین است که در این نوع، حساسیت بدن نسبت به انسولین کمتر می‌شود و غالبا در بیماران بالای ۳۰ سال یا بیماران چاق‌تر بروز می‌کند.

## نشانه‌های حاد بیماری

افزایش حجم ادرار، تشنگی شدید، کاهش وزن در حالیکه اشتها زیاد باشد، ضعف و خستگی و اختلال در دید از جمله نشانه‌های حاد بیماری دیابت محسوب می‌شود.

باید توجه کرد که یک کودک مبتلا به دیابت احساس خستگی می‌کند، شب‌ها برای ادرار کردن بیدار می‌شود، از دل درد می‌نالد، مقدار زیادی آب می‌نوشد و به طور مرتب لاغر می‌شود. در نهایت با تشدید وضعیت جسمی کودک، دیابت با یک آزمایش ساده قند و ادرار تشخیص داده می‌شود.

پس از تشخیص بیماری در کودک مبتلا به دیابت، کودک برای چند روز در بیمارستان بستری می‌شود تا مقدار قند خون کودک به‌وسیله تزریقات انسولین، طبیعی شود.

### درمان دیابت

باید توجه کرد که در درمان دیابت پنج جزء مهم وجود دارد که شامل رژیم غذایی، ورزش، کنترل قند خون، تجویز دارو و آموزش می‌شود. درمان دیابت نوع یک نیاز به آموزش دارد که در آن رژیم غذایی، ورزش و مسائل روانی خانوادگی حائز اهمیت است. والدین باید توجه داشته باشند که درمان اصلی در دیابت نوع یک استفاده از انسولین است و هدف اصلی درمان تلاش برای طبیعی کردن فعالیت انسولین

و قند خون به منظور جلوگیری از عوارض عروقی و عصبی است.

ورزش نیز از نظر اینکه سبب افزایش تاثیر انسولین می‌شود مهم است و در زندگی کودک دیابتی باید مورد توجه قرار گیرد.

رژیم غذایی هم بر پایه عادت غذایی معمول بیمار بوده و باید شامل تمامی عناصر اساسی غذا (نظیر ویتامین‌ها و مواد معدنی و ... ) باشد. بیماران مبتلا به دیابت نوع ۱ که باید برای کنترل قند خون از انسولین استفاده کنند، لازم است در وعده‌های غذایی از تمام گروه‌های غذایی از جمله کربو هیدرات‌ها استفاده کنند.

## عوارض دیابت

بیماری دیابت عوارضی مانند افت قند خون، بیماری‌های قلبی و عروقی، درگیری کلیه‌ها، درگیری چشم‌ها، بیماری‌های عصبی، زخم شدن پاها (در سنین بالاتر) و ... دارد.

بنابر اعلام بیمارستان مرکز طبی کودکان، در عین حال باید توجه کرد که یک کودک مبتلا به دیابت بیمار نیست؛ بلکه در صورت عدم کنترل بیماری، بیمار دیابتی محسوب می‌شود. بنابراین با کسب اطلاعات بیشتر در روند صحیح کنترل بیماری حق داشتن یک زندگی شاد را از کودکان مبتلا به دیابت نگیریم.