



كل ما تحتاج معرفته عن

مرض السكري والصيام خلال شهر رمضان المبارك

مركز المواساة للسكري والغدد الصماء
Mowasat Diabetes & Medical Center
1826666 – Ext. 2120/2123



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL



www.newmowasat.com

... في السالمية

(965) 1 - 82 6666

f New Mowasat Hospital

@NMowasat

• العرق المفاجئ مع الإحساس بالقلق.

• الإرتجاف والرعدة والشعور بتسرع خفقان القلب.

• إزدواج الرؤية وتتميل اللسان والشفيتين.

وفي هذه الحالة يجب تناول:

- ملعقة كبيرة من مربى الفواكه.

- أو ماء وسكر أو قطعة من السكر والشوكولا.

- أو شرب عصير برتقال محلى أو كوكاكولا.

الإرشادات الضرورية لمرضى السكر الصائم خلال شهر رمضان المبارك:

• اامتناع عن تناول أطباق رمضان التقليدية بالنسبة للحلويات والأمثال بالنظام الغذائي.

• يجب الإستمرار في علاج أي مرض آخر مصاحب لمرض السكري لأن في ذلك تأثيرات.

• بعض الأدوية التي قد تأخذها ممكن أن تؤثر على نسبة السكر في الدم، كذلك يجب عليك

مناقشة الموضوع مع طبيبك المعالج لمرض السكري.

مع تحيات مركز المواساة للسكري والغدد الصماء
لمزيد من الاستفسار او لتحديد موعد، الرجاء الاتصال على

٢١٢٠ داخلي - ١٨٢٦٦٦٦



مستشفى المواساة الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL



www.newmowasat.com

... في السالمية

(965) 1 - 82 6666

f New Mowasat Hospital

@NMowasat

هناك ما يقارب حاليا من ١٤٠ مليون شخص في مختلف أنحاء العالم يعانون من مرض السكري وهذا العدد قابل للإرتفاع لذلك فإن على مريض السكري الإهتمام بنظامه الغذائي بشكل جيد وأخذ علاجه بشكل منتظم وذلك لكي يتكمن من عدم تعرضه لمضاعفات هذا المرض التي قد تكون خطيرة (ال فشل الكلوي - الجلطة - العمى - إلتهايب الأعصاب الحسية الطرفية...).

مرض السكري: هو ارتفاع نسبة السكر أو الجلوكوز في الدم، في هذه الحالة لا يستطيع الجسم أن يصنع أو يستفيد من هرمون الأنسولين الذي يفرزه البنكرياس وبذلك لا يمكن للسكر أن يدخل إلى الخلايا لتحضير الطاقة الأساسية لوقود الجسم، فهناك إذا حالتين:

١- عدم وجود كمية كافية من الأنسولين في الدم

٢- أن لا تصل الإشارات إلى الخلايا من الأنسولين وهذه الحالة تعرف بمقاومة الأنسولين وتصيب عادة المرضى الذين يعانون من السمنة والبدانة.

أنواع مرض السكري:

هناك نوعان من مرض السكري:

(١) مرض السكري من النوع الأول (المعتمد من الأنسولين).

وهذا النوع هو عندما يتوقف البنكرياس عن إنتاج الأنسولين وبالتالي لا يستطيع السكر أن يدخل إلى خلايا الجسم، ويصيب عادة الأطفال والمراهقين والشباب.

(٢) مرض السمر من النوع الثاني (غير معتمد على الأنسولين).

هذا النوع هو عندما يستمر البنكرياس في إنتاج الأنسولين ولكن بكميات أقل من اللازم وبالتالي يمنع نسبة معينة من سكر الدم من الدخول إلى الخلايا، وعادة يصيب الأشخاص البالغين ذو البدانة.

١- مرض السكر من النوع الأول (المعتمد على الأونسولين).

يقسم إلى مجموعتين:

١- المجموعة الأولى:

المرضى الذين يعالجون بجرعة واحدة من الأنسولين صباحا:

يمكنك أن تصوم إذا سمح لك طبيبك على شرط أن:

- تتبع نفس الإرشادات الغذائية.
- تأخذ جرعة الأنسولين مباشرة قبل وجبة الإفطار.

٢- المجموعة الثانية:

٣- هم المرضى الذين يتناولون جرعتين يوميا في هذه الحالة لا يسمح للمرضى الصوم إلا إذا كان مستوى السكر في الدم ثابت، وبهذه الحالة تخفف جرعة السحور حوالي ٥٠% وذلك منعا لحدوث هبوط في السكر خلال النهار.

٢- مرضى السكري من النوع الثاني (الغير معتمد على الأنسولين).

يقسم إلى مجموعتين:

١- المجموعة الأولى:

هم المرضى الذين يعالجون فقط بالنظام الغذائي وفي هذه الحالة يمكنك الصوم بسهولة بشرط:

- تقسيم الوجبات الغذائية إلى وجبتين والإمتناع عن الحلويات.
- تأخير وجبة السحور بقدر الإمكان.
- ممارسة الرياضي.

٢- المجموعة الثانية:

هم المرضى الذين يعالجون بأقراص عن طريق الفم يمكنهم الصوم بشرط أن:

- تأخذ الجرعة الأولى مع وجبة الإفطار.
- تأخذ الجرعة الثانية مع السحور ولكن هذه المرة يجب تقليلها لمنع حدوث هبوط في السكر.
- قياس مستوى السكر في الدم بانتظام.

إن زيادة نسبة السكر في الدم هي عادة قليلة الحدوث خلال شهر رمضان المبارك شرط الإلتزام الدقيق بالحمية الغذائية

ولكن هبوط نسبة السكر في الدم هو حدوثا فمن أعراضه أو مؤشرات: