

صحيفة وقائع للوالدين ومقدمي الرعاية

ما هو مرض السكري من النوع 1؟

يحدث مرض السكري من النوع 1 عندما يعجز البنكرياس عن صنع الإنسولين. الإنسولين هو هرمون يعمل كمفتاح يسمح للجلوكوز الذي مصدره الطعام الذي نأكله بالمرور عبر مجرى الدم إلى خلايا العضلات لتوفير الطاقة. وهذا ما يسبب ارتفاعاً لمستويات الجلوكوز في الدم. عادة ما يتم تشخيص مرض السكري من النوع 1 خلال مرحلة الطفولة أو البلوغ، ولكن يمكن أن يحدث في أي عمر.

الأعراض

يمكن أن تظهر أعراض مرض السكري من النوع 1 بسرعة عند الأطفال وتحتاج إلى عناية طبية عاجلة!



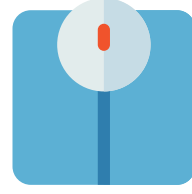
وجود ألم في
المعدة



التعب الشديد



كثرة التبول



خسارة في الوزن



الشعور بالعطش
الشديد

سبب مرض السكري من النوع 1

يحمل بعض الناس الجينات التي قد تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بمرض السكري من النوع 1. ومع ذلك، فإنه يتطور فقط عند هؤلاء الناس، عندما يؤدي شيء ما إلى تحفيز الجهاز المناعي لتدمير الخلايا المنتجة للإنسولين في البنكرياس. ويُعتقد أن هذه العوامل هي عوامل في البيئة ولكنها ليست مفهومة جيداً بعد.





إدارة مرض السكري من النوع 1

- آمن الإنسولين عن طريق الحقن أو مضخة الإنسولين - كل يوم على مدى الحياة
- افحص مستويات جلوكوز الدم عدة مرات في اليوم
- اتَّبِع خطة الأكل الصحي التي تشمل تناول وجبات منتظمة تحتوي على الأطعمة الكربوهيدراتية
- كن نشطا بانتظام من الناحية البدنية
- اجري فحوصات طبية منتظمة مع فريق إدارة مرض السكري، والذي قد يشمل البعض من أو الكل من الآتي: أخصائي مرض السكري، مرشد مرض السكري، أخصائي التغذية، المرشد الاجتماعي، الأخصائي النفسي.

**لمزيد من المعلومات، اتصل بـ Diabetes NSW& ACT على الرقم
1300 342 238 أو تفضل بزيارة الموقع as1diabetes.com.au**

ما هو فرط السكر في الدم ونقص السكر في الدم؟

في النوع 1 من مرض السكري، يمكن أن تتقلب مستويات الجلوكوز في الدم، صعودا وهبوطا بسبب مجموعة متنوعة من العوامل. يمكن أن تكون إدارة مستويات الجلوكوز في الدم بين النطاقات المستهدفة عملية توازن. إن معرفة ما يؤثر على مستويات الجلوكوز في الدم يمكن أن تساعد في إدارة المستويات.

فرط السكر في الدم

- فرط السكر في الدم هو مستوى مرتفع من جلوكوز الدم، وعموما فوق 15 ملمول/لتر. يمكن أن يكون ارتفاع مستويات الجلوكوز في الدم بسبب مجموعة متنوعة من العوامل، بما في ذلك:
- الطعام الزائد أو طعام فيه كربوهيدرات أكثر
 - النشاط المحدود
 - الإجهاد أو المرض
 - تناسي الإنسولين أو تخطيه

سيساعدك فريقك لإدارة مرض السكري على فهم كيف تؤثر هذه العوامل على مستويات الجلوكوز في الدم وما يمكنك فعله عند حدوث فرط سكر الدم.

نقص السكر في الدم

نقص السكر في الدم، أو نقص السكر، هو مستوى منخفض لمستوى السكر في الدم، وعموما أقل من 4 ملمول/لتر. يمكن أن يكون نقص السكر خطيراً، لذا من المهم علاج نقص سكر الدم على الفور. انظر إلى مورد نقص السكر في الدم للحصول على معلومات مفصلة حول إدارة وعلاج نقص السكر في الدم.

قد يكون سبب نقص السكر:

- التأخر بتناول وجبة طعام أو وجبة خفيفة أو تخطيها
- عدم كفاية الطعام الكربوهيدراتي
- نشاط بدني غير مخطط له أو نشاط أكثر من المعتاد
- النشاط البدني
- الكثير من الإنسولين

سيساعدك فريقك لإدارة مرض السكري على فهم كيف تؤثر هذه العوامل على مستويات الجلوكوز في الدم وكيفية منع أو إدارة حالات نقص السكر عند حدوثها.

هل أنت بحاجة الى مترجم؟

تتوفر خدمة مترجم شفهي على الهاتف للأشخاص الذين قد يجدون صعوبة في الفهم أو بالتحدث باللغة الإنجليزية. ويتم توفير خدمة الترجمة الشفهية عبر الهاتف (TIS) من قبل الحكومة والتي لديها إمكانية الحصول على مترجمين محترفين لما يقارب من 2000 لغة ولهجة ويمكنهم الاستجابة على الفور لمعظم الطلبات.

للحصول على مترجم:

1. ببساطة اتصل بالرقم 131450 للحصول على خدمة الترجمة الشفهية عبر الهاتف.
 2. اشرح الغرض من المكالمة على سبيل المثال. الرغبة في التحدث إلى خط المساعدة الوطني لخدمات مرض السكري (National Diabetes Services Scheme)
 3. سيقوم الموظف على الهاتف بإيصالك بمترجم شفهي باللغة المطلوبة مع مندوب تابع لخط مساعدة NDSS لإجراء محادثة ثلاثية.
- تم إعداد هذه الخدمة المجانية من قبل منظمة Diabetes Australia وسيتم تطويرها بمساعدة مديرية الحكومة الأسترالية للصحة والشيوخوة (Australian Government Department of Health and Ageing).