



# بیماری دیابت

## تعریف دیابت - تشخیص آن و شیوع این بیماری در ایران و جهان

دکتر شهناز غفوری-فوق تخصص غدد و متابولیسم

# انواع دیابت و تشخیص آن

---

□ تشخیص دیابت : قند خون ناشتای بالای 126 در افراد بدون علامت یا قند خون دو ساعت بعد غذا یادر افراد علامتدار بالای 200-متوسط قند خون سه ماهه  $\leq 6.5\%$

□ انواع دیابت :دیابت نوع یک – دیابت نوع دو- دیابت بارداری-انواع خاص دیابت به نام MODY

# عوامل خطر ساز دیابت نوع دو

---

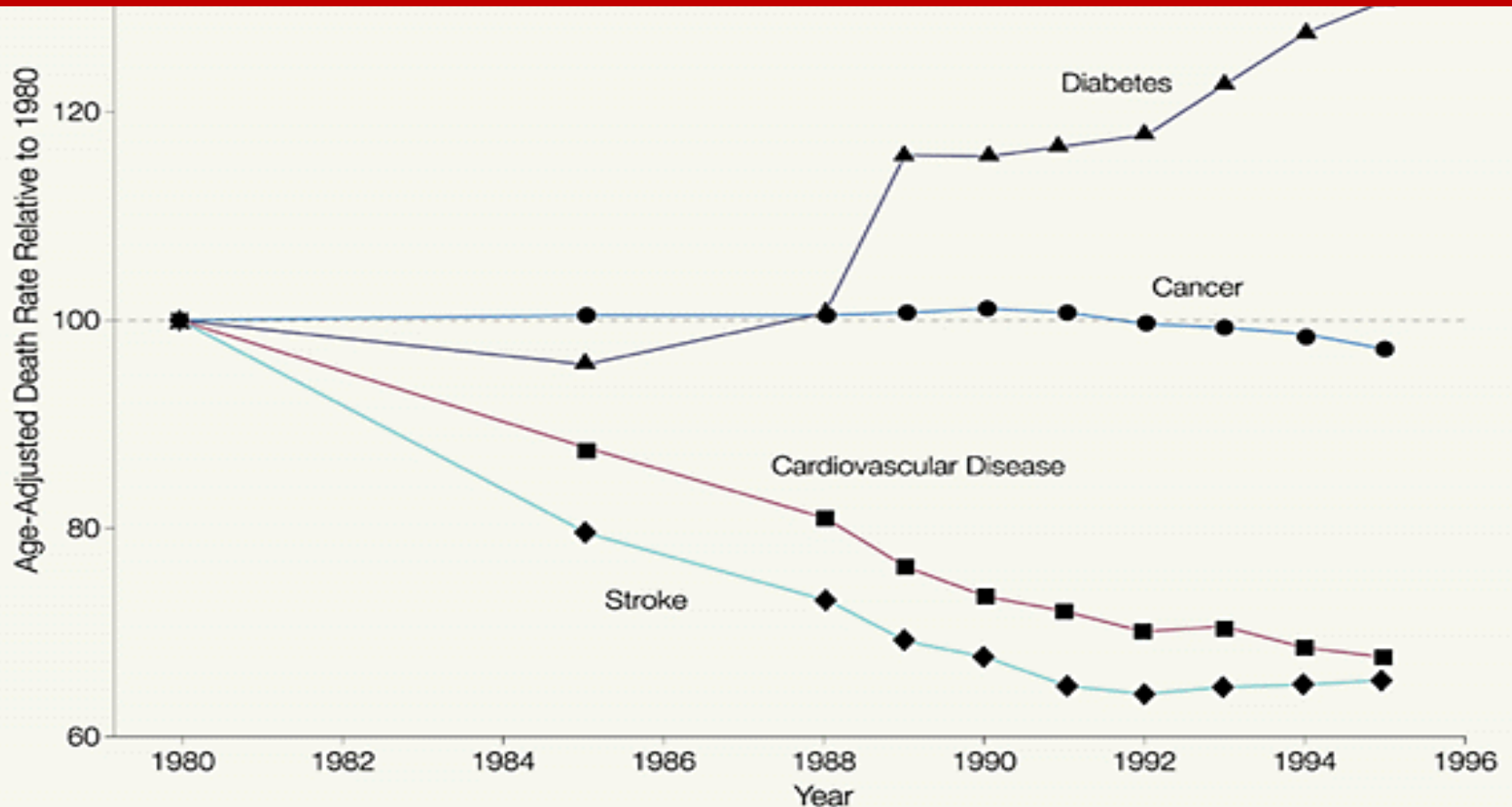
■ سن  $45 \geq$  سال- اندکس توده بدن  $25 \geq$ - سابقه دیابت در فامیل درجه یک- زندگی

کم تحرک- سابقه تولد نوزاد بالای 4 کیلوگرم- سابقه چربی خون بالا- سابقه

فشار خون بالا- سابقه بیماری قلبی- سابقه تخمدان پلی کیستیک در خانها

# افزایش مرگ ناشی از دیابت در مقایسه با سرطان-سکته قلبی-

## سکته مغزی در جهان در سالهای اخیر



*J. Olefsky, JAMA 2001;285:628-632*

1980

1985

1990

1995

2000

2005

2010

2015

2020

آمارها نشان میدهد شیوع دیابت در 20 سال آینده در ایران دو برابر خواهد شد  
این بک زنگ خطر مهم میباشد



# علائم بالینی دیابت

---

- افزایش مصرف آب و خشکی دهان
- افزایش دفع ادرار
- شب ادراری
- تاری دید
- ضعف و بیحالی
- کاهش وزن
- افزایش ابتلائی به عفونت ها

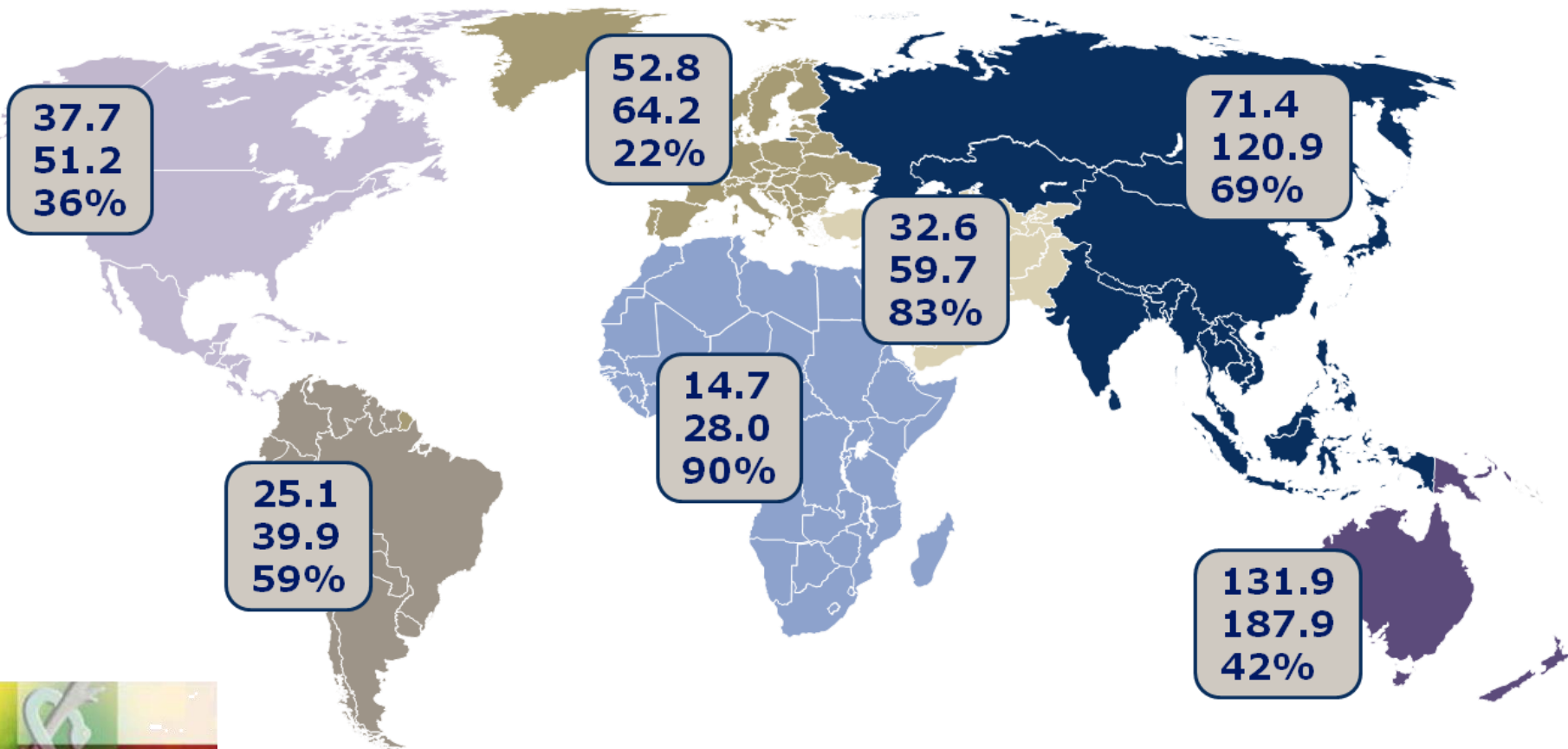
■ تمامی افراد سالم بدون علامت جامعه در سن بیشتر و مساوی 45 سال باید از نظر دیابت بررسی شوند و در افراد با زمینه عوامل خطر ساز دیابت که قبلا ذکر شد و در افراد با علائم بالینی دیابت در هر سنی آزمایش قند خون باید انجام شود

# شیوع دیابت در جهان



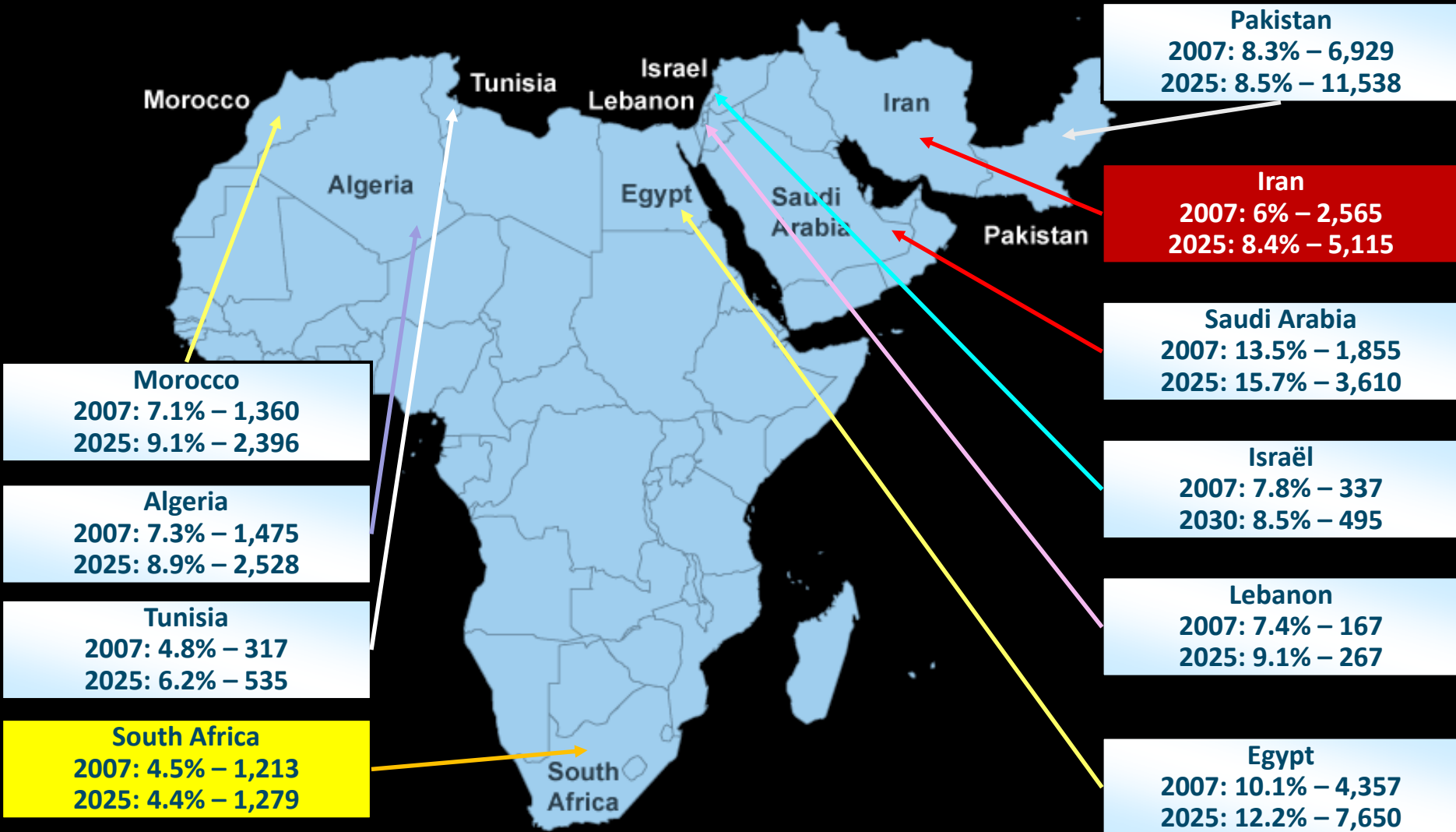
# این شکل شیوع دیابت در جهان را در طی سالهای 2010 الی 2030 نشان میدهد

**World** 2011 = 366 million  
2030 = 552 million  
Increase = 51%

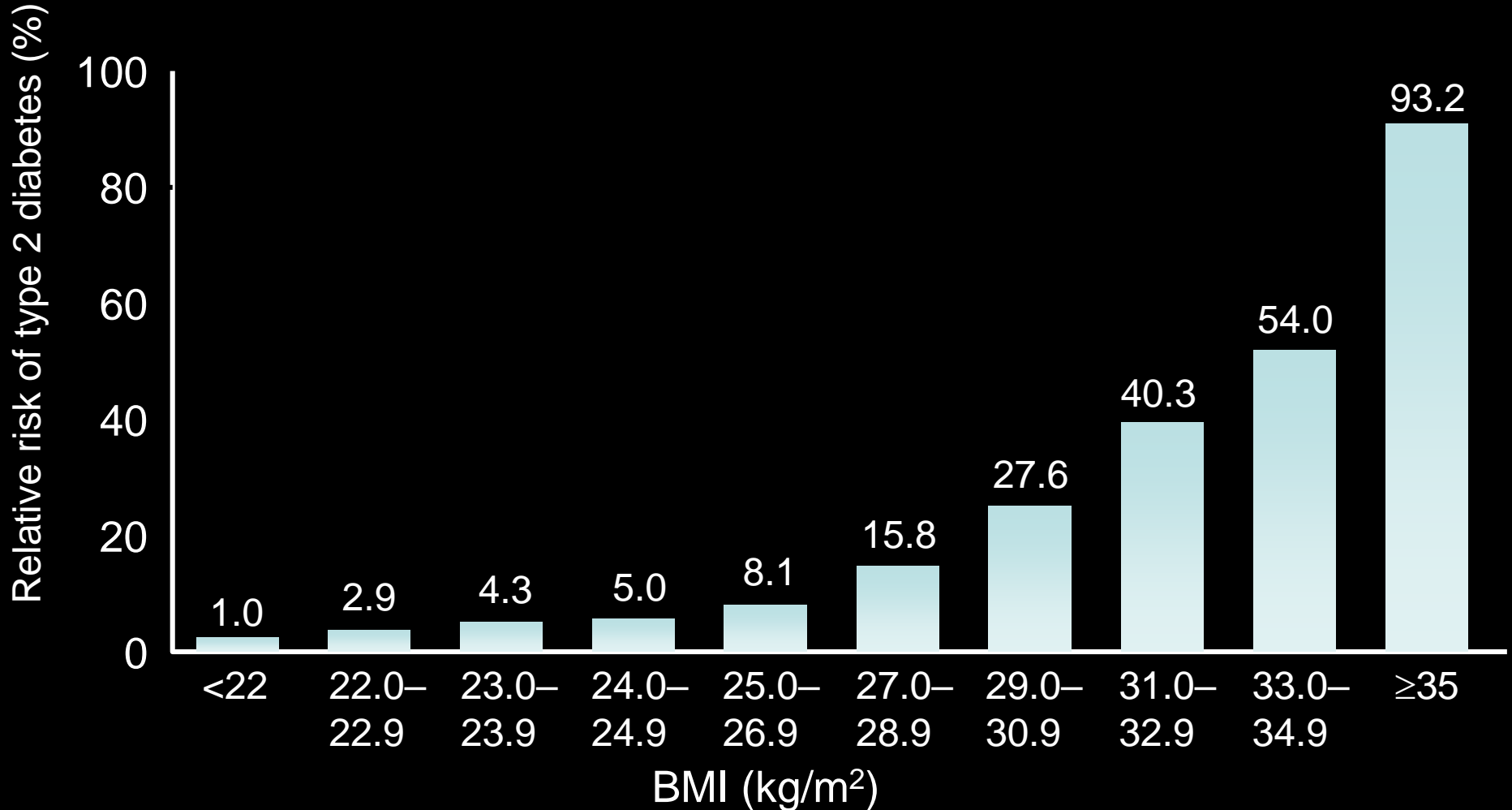


این شکل شیوع دیابت طی سالهای 2007 الی 2025 در خاورمیانه و آفریقا را نشان میدهد  
همانگونه که آمار نشان میدهد شیوع دیابت به سرعت در حال افزایش است

IDF. Diabetes Atlas 3rd Edition - 2006



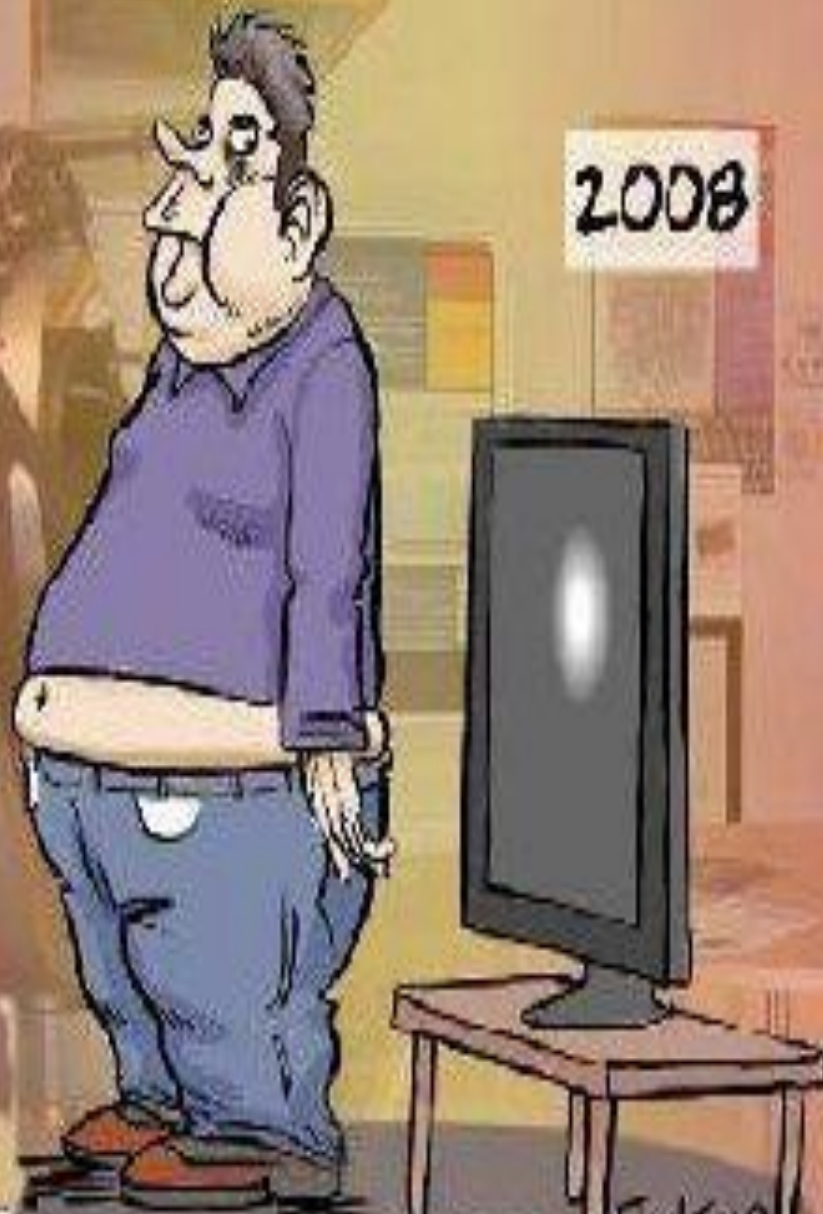
# این نمودار نشان میدهد که افزایش اندکس توده بدن به صورت واضح باعث افزایش دیابت میشود



1990



2008





# عوارض دیابت

- عارضه چشمی دیابت (رتینوپاتی دیابتی) در 80-97% افراد دیابتی با سابقه 15 ساله دیابت ایجاد میشود که با معاینات منظم سالیانه پزشک و درمان لازم کاهش میابد
- زخم پای دیابتی در 15% افراد دیابتی ایجاد میشود که اگر به موقع درمان نشود باعث قطع اندام میشود آمارها نشان میدهد در هر 30 ثانیه در جهان یک نفر به خاطر دیابت دچار قطع اندام میشود
- عارضه کلیوی دیابت نیز مهم است که اگر به موقع درمان نشود باعث نارسایی کلیوی و دیالیز میشود



# ریسک قطع اندام



در افراد دیابتی 40 برابر دیگران  
است

۲۰٪ افراد  
دیابتی در  
موقعی که  
تشخیص  
دیابت دچار  
چاقی یا  
افزایش وزن  
هستند





اگر میزان چاقی را کاهش  
دهیم میتوانیم شیوع دیابت را  
به نصف کاهش دهیم همچنین  
باعث کاهش عوارض دیابت  
به میزان چشم گیری میشود



فعالیت فیزیکی و ورزش  
به میزان نیم ساعت در  
روز باعث کاهش ابتلا  
به دیابت به میزان  
بالایی میشود.

