

السكري من النوع الثاني: دليل العائلات

ما هو السكري من النوع الثاني ؟

يتم تشخيص السكري عند اكتشاف مستوى عالٍ من السكر في الدم. على الرغم من وجود أنواع أخرى من السكري ، بما في ذلك السكري من النوع الأول وسكري الحمل ، فإن النوع الثاني من السكري هو الأكثر شيوعًا بشكل عام. ومع ذلك، فإن السكري من النوع الثاني أقل شيوعًا لدى الأطفال. إذا حدث، فإنه يحدث بشكل أكثر تكرارًا بين أولئك الذين يعانون من زيادة في الوزن أو البدانة ويبدأ من عمر ١٠ سنوات و كذلك في المراهقين.

تشير التقديرات إلى أن أكثر من ٢٩ مليون شخص في الولايات المتحدة يعانون من السكري. هذا يعادل واحد من بين كل ١١ شخصًا. حوالي ٣٠٪ من هؤلاء الناس لا يعرفون أن لديهم السكري. يتم تشخيص حوالي ٣٧٠٠ طفل في الولايات المتحدة بالسكري من النوع الثاني كل عام.

ما الذي يسبب السكري من النوع الثاني ؟

من بين المغذيات في الغذاء سكر بسيط يسمى الجلوكوز ، وهو مصدر مهم للطاقة بالنسبة للجسم. يدخل الجلوكوز الخلايا في الجسم ليصبح طاقة بمساعدة هرمون يسمى الأنسولين. يصنع الأنسولين بواسطة خلايا (تسمى خلايا بيتا) في عضو يقع خلف المعدة يسمى البنكرياس. تحتاج العضلات والدهون والكبد إلى الأنسولين لتحويل الجلوكوز من مجرى الدم إلى طاقة للجسم.

يمكن أن يحدث السكري إذا كان الجسم غير قادر على صنع الأنسولين (السكري من النوع الأول) أو إذا استمر الجسم في صنع الأنسولين ولكنه غير قادر على الاستجابة لاحتياجات الجسم (السكري من النوع الثاني). مع تطور السكري من النوع الثاني ، لا تستجيب الخلايا العضلية والدهنية والكبدية للأنسولين بشكل طبيعي وتصبح مقاومة للأنسولين. بمرور الوقت ، تضعف قدرة البنكرياس على إنتاج كمية كافية من الأنسولين للحفاظ على مستويات السكر في الدم في الحد الطبيعي.

ما هي أعراض السكري من النوع الثاني ؟

- فقدان الوزن يحدث بدون تغيير كبير في النظام الغذائي
- زيادة العطش
- زيادة التبول
- التبول الجديد في الفراش أثناء النوم
- إعياء
- رؤية ضبابية
- التهابات المتكررة
- تقرحات أو جروح بطيئة الشفاء
- الشعور بالوخز أو التميل في اليدين أو القدمين

كيف يتم تشخيص السكري من النوع الثاني ؟

يتم التشخيص عندما يكون لدى الشخص مستوى السكر في الدم أكثر من ٢٠٠ ملغ / ديسيلتر في أي وقت مع أعراض السكري أو في حالة حدوث نتائج الاختبار التالية:

- مستوى السكر في الدم أثناء الصيام يساوي أو يزيد عن ١٢٦ ملغ / ديسيلتر
 - مستوى السكر في الدم يساوي أو يزيد عن ٢٠٠ ملغ / ديسيلتر أثناء اختبار تحمل الجلوكوز عن طريق الفم
- يمكن تشخيص السكري أيضًا عن طريق فحص الدم الذي يقيس نسبة الهيموجلوبين في الدم والذي يحتوي على الجلوكوز المرتبط بالهيموجلوبين ويعكس متوسط مستوى سكر الدم خلال الأشهر الثلاثة السابقة .
- يدعى هذا الاختبار HbA1c، والنتيجة التي تساوي أو تزيد عن 6.5% توحى بالسكري. قبل تطور السكري من النوع الثاني بالكامل ، يمكن أن يكون هناك مرحلة من مقدمات السكري تسمى تتأقل في تحمل الجلوكوز (إذا كان مستوى السكر في الدم بعد تناول الطعام بين ١٤٠ و ١٩٩ ملغم / ديسيلتر) أو شكل آخر من مقدمات السكري يسمى ضعف الجلوكوز الصائم. (إذا كان مستوى سكر الدم الصائم بين ١٠٠ و ١٢٦ ملغ / ديسيلتر).

من الأطفال الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني ؟

بعض الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع مستويات السكر في الدم لا يعانون من أعراض السكري. لذا ، توصي الجمعية الأمريكية للسكري بأن يتم فحص الأطفال الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني عندما يبدأ سن البلوغ ، أو بحلول سن العاشرة ، ثم كل ثلاث سنوات بعد ذلك. الأطفال الأكثر عرضة لخطر كبير هم أولئك الذين يعانون من زيادة الوزن والذين لديهم أيضا أي من الخصائص التالية:

• قريب من الدرجة الأولى أو الثانية (الأم ، الأب ، الأخت ، الأخ ، العمّة، الخالة ، العم، الخال ، أو الجد) يعاني من السكري من النوع الثاني

• تنتمي إلى إحدى المجموعات التالية:

الأمريكان الأصليين (تعود أصولهم قبل اكتشاف أمريكا)

الأمريكان من أصول أفريقية

أصل هسباني (أمريكا الوسطى و الجنوبية)

أصل آسيوي أو جزر المحيط الهادئ

علامات مقاومة الأنسولين أو الظروف المرتبطة بمقاومة الأنسولين:

سواد / سماكة الجلد ، عادة على الجزء الخلفي من الرقبة

ضغط دم مرتفع

مستويات الكوليسترول في الدم غير طبيعية

متلازمة المبيض المتعدد الكياس (مع فترات الحيض غير المنتظمة) في الفتيات

كيف يتم علاج السكري من النوع الثاني ؟

• زيادة التمرين

• حمية صحية

• دواء الميتفورمين

• حقن الأنسولين

يمكن استخدام أدوية أخرى لخفض مستويات سكر الدم ولكن لم يتم اعتمادها للاستخدام في الأطفال حتى الآن. تعتبر تغييرات نمط الحياة (فقدان الوزن المتواضع وزيادة التمرين) جزءاً أساسياً من علاج السكري من النوع الثاني. بالنسبة للأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني ، يمكن لتغيير نمط الحياة أن يمنع تطور المرض. بالنسبة لأولئك الذين يعانون من مرض السكري الذين تم تشخيصهم حديثاً ، يمكن أن تؤدي تغييرات نمط الحياة إلى انحسار (شفاء مؤقت) من السكري في بعض الناس. يساعد دواء 'الميتفورمين' خلايا الكبد والدهون والعضلات على الاستجابة للأنسولين الطبيعي بشكل أفضل وخفض مستوى السكر في الدم.

إذا ظل مستوى السكر في الدم مرتفعاً أو زاد بعد أن يكون طفلك قد تناول جرعة مثالية من الميتفورمين ، فقد يبدأ طبيب طفلك بالحقن بالأنسولين. بشكل عام ، يجب على الأطفال المصابين بالبول السكري من النوع الثاني السعي للحفاظ على نسبة HbA1c أقل من 7.5%.

PES PEDIATRIC ENDOCRINE SOCIETY