أسئلة لطرحها على طبيبك حول دواء السكرى فهم مرض السكري

داء السكري هو حالة صحية يمكن أن تزيد من مستويات السكر في الدم. يمكن أن يتأثر سكر الدم بالطعام الذي تتناوله ومستوى الإجهاد لديك ومقدار التمارين الرياضية والمزيد. يمكن أن يؤدي وجود الكثير منّ السكر في الدم إلى الإضرار بأعضائك ويسبّب مشاكل صحية.

يؤثر مرض السكري على عضو في جسمك يسمى البنكرياس، الذي يصنع هرمون الأنسولين. يتمثل دور الأنسولين في مساعدة الجلوكوز — أو السكر — من الطعاُّم الذي تتناوله في الوصول إلى خلاياك من الدُّم. تستخدم خلاياك الجلوكوز كطاقة.

أكثر أشكال مرض السكري شيوعًا هي:

داء السكري من

الأنسولين.

لا ينتج الجسم ما يكفى من الأنسولين أو لا يستخدمه بشكل جيد. ترجع بعض الأسباب الشائعة لهذا إلى زيادة الوزن، وعدم القيام بنشاط بدنى، ومقاومة الأنسولين أو الجينات.

الجسم يمكنه فقط صنع كمية صغيرة جدأ من الأنسولين أو لا يصنعه على الإطلاق. يحدث هذا عندما يهاجم الجهاز المناعى في الجسم ويدمر خلايا البنكرياس التى تصنع

سكرى الحمل

تصاب بعض الحوامل بهذا النوع من السكرى الذى يختفى بعد ولادة الطفل. يمكن أن يزيد سكرى الحمل من خطر الإصابة بداء السكرى من النوع 2 في المستقبل.







حاليا، لا يوجد علاج دائم لمرض السكري. ومع ذلك، هناك خطوات يمكنك اتخاذها للسيطرة على مرض السكري والحفاظ على صحتك. يمكن إدارة مرض السكري عن طريق العيش بأسلوب حياة صحي يشمل:



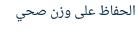
مراقبة نسبة السكر في الدم



النشاط البدني

حمية صحية





تناول الأدوية حسب إرشادات الطبيب



تأتي أدوية السكري على شكل أقراص أو كحقن للأنسولين. معرفة كيفية عمل الأدوية الخاصة بك أمر مهم للغاية ويمكن أن يساعدك في إدارة مرض السكري بشكل صحيح. يجب أن تطرح على طبيبك هذه الأسئلة حول أدوية السكري:

- ₹ كم يجب أن أتناول لكل جرعة؟
- 🛨 كم مرة في اليوم يجب أن أتناول دوائي فيها؟
 - 🛨 في أي وقت يجب أن أتناول دوائي؟
 - 🛨 هل يجب تناوله قبل أو مع أو بعد الوجبة؟
- **ا** هل هناك أسباب تدفعنى لتغيير كمية الدواء التي أتناولها؟

- 🛨 ماذا أفعل إذا نسيت تناوله؟
- 🛨 هل يمكن للأدوية الأخرى أن تسبب انخفاض سكر الدم؟
 - 🛨 ما هي الآثار الجانبية التي يمكن أن يسببها دوائي؟
- إذا كنت مريضًا ولا يمكنني منع ارتجاع الطعام، فهل يجب علي تناول الدواء؟

لمعرفة المزيد، يرجى الاتصال بقسم إدارة الصحة لدى **CalOptima** على الرقم **1-714-246-8895.** نتواجد لمساعدتك من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8 صباحًا إلى 5 مساءً. يمكن لمستخدمي TTY الاتصال على الرقم الم<mark>جاني .www.caloptima.org</mark>.

المصدر: www.nih.gov

