

# أسئلة لطرحها على طبيبك حول دواء السكري 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 من السكر في الدم إلى الإضرار بأعضائك ويسبب مشاكل صحية.

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

أكثر أشكال مرض السكري شيوعًا هي:

## النوع 2 سكري الحمل

تصاب بعض الحوامل بهذا النوع من السكري الذي يختفي بعد ولادة الطفل. يمكن أن يزيد سكري الحمل من خطر الإصابة بداء السكري من النوع 2 في المستقبل.



## النوع 2 داء السكري من

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



## النوع 1 داء السكري من

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



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:

الحفاظ على وزن صحي



تناول الأدوية حسب إرشادات الطبيب



مراقبة نسبة السكر في الدم



النشاط البدني



حمية صحية



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:

- + ماذا أفعل إذا نسيت تناوله؟
- + كم يجب أن أتناول لكل جرعة؟
- + هل يمكن للأدوية الأخرى أن تسبب انخفاض سكر الدم؟
- + كم مرة في اليوم يجب أن أتناول دوائي فيها؟
- + ما هي الآثار الجانبية التي يمكن أن يسببها دوائي؟
- + في أي وقت يجب أن أتناول دوائي؟
- + إذا كنت مريضاً ولا يمكنني منع ارتجاع الطعام، فهل يجب علي تناول الدواء؟
- + هل يجب تناوله قبل أو مع أو بعد الوجبة؟
- + هل هناك أسباب تدفعني لتغيير كمية الدواء التي أتناولها؟

لمعرفة المزيد، يرجى الاتصال بقسم إدارة الصحة لدى **CalOptima** على الرقم **1-714-246-8895**. نتواجد لمساعدتك من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8 صباحاً إلى 5 مساءً. يمكن لمستخدمي TTY الاتصال على الرقم المجاني **1-800-735-2929**. لدينا طاقم يتحدث لغتك. تفضل بزيارة موقعنا على **www.caloptima.org**.

المصدر: [www.nih.gov](http://www.nih.gov)



A Public Agency

**CalOptima**  
Better. Together.