



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

سكري الأطفال

Diabetes in Children



ما هو سكري الأطفال؟

سكري الأطفال هو سكري النوع الأول يُصيب الأطفال أو الأشخاص في فترة الشباب وذلك بسبب تعرّض خلايا البنكرياس للضرر مما يؤدي إلى عجزها عن إنتاج الأنسولين الذي يحتاجه الجسم لإدخال الجلوكوز " السكر " إلى خلايا الجسم ومن ثم تحويل الطعام إلى طاقة حتى يتسنى للخلايا القيام بوظائفها على الوجه الأكمل.



هل هناك عوامل خطيرة تساعد على الإصابة بسكري

الأطفال؟

نعم، هناك عوامل عديدة ومنها:

١. عوامل وراثية:



احتمالية الإصابة تزيد بنسبة بسيطة إذا كان أحد الوالدين مصاباً بالسكري.

٢. عوامل مناعية:



وذلك بسبب خلل في المناعة ينتج عنه إنتاج أجسام مضادة لخلايا بيتا.

٣. عوامل أخرى:



- **الالتهابات:** غالباً تكون الجراثيم المسببة للالتهابات هي في الأصل فيروسات تدخل عن طريق الفم مُتجهة إلى البنكرياس مما يؤدي إلى تحطيم خلايا بيتا بطريقة مباشرة.

ماهي أعراض الإصابة بسكري الأطفال؟



كثرة التبول

كثرة شرب الماء



نقص الوزن

التعب الشديد



تكون الكيتونات

ماهي الكيتونات؟

الكيتونات هي مواد يُنتجها الجسم عندما يحرق الدهون المُخزّنة لإنتاج الطاقة التي يحتاجه، فعند حرق كميات كبيرة من الدهون بشكل سريع يرتفع مستوى الكيتونات في الدم فيُصبح الدم أكثر حامضية مما يؤثر على التوازن الكيميائي للجسم فيسبب الحموضة الكيتونية.

ماهي أعراض الكيتونات؟



➤ ألم في البطن



➤ خمول وضعف في التركيز



➤ الغثيان أو التقيؤ



➤ جفاف وحكة في الجلد

كيف يتم تشخيص الإصابة بسكري الأطفال؟

يتم التشخيص عن طريق أجهزة فحص السكر الحديثة والمعتمدة.



ماهي مضاعفات السكري عند الأطفال؟

➤ ارتفاع السكر في الدم

➤ انخفاض السكر في الدم



أولاً: ارتفاع السكر في الدم

ماهي أعراض ارتفاع مستوى السكر في الدم؟



عدم وضوح الرؤية

كثرة شرب الماء



خمول

جفاف الجلد مع حكة



كثرة التبول

صداع ودوخة



غثيان

ماهي أسباب ارتفاع مستوى السكر في الدم؟



• نسيان جرعة الأنسولين



• الإفراط في تناول الطعام.



• ضغوط نفسية

• التعرض للالتهابات أو الأمراض أو الإصابات مثل:

رشح



حرارة



النزلات المعوية



الدورة الشهرية



ما هو علاج ارتفاع مستوى السكر في الدم؟



• الإكثار من شرب الماء



• اعطاء جرعات تصحيحية



• فحص نسبة الجلوكوز في الدم مع فحص الكيتونات

ثانياً: انخفاض السكر في الدم

يعتبر انخفاض مستوى السكر في الدم هو الأكثر شيوعاً بين الأطفال، كما أن خطر غيبوبة انخفاض السكر أكبر من خطر غيبوبة ارتفاع السكر ومع استمرارها فإنها تُحدث أضراراً في الجهاز العصبي خاصة في المخ.



ماهي أعراض انخفاض مستوى السكر في الدم؟



عدم وضوح الرؤية

قلق وتوتر



صداع

الشعور بالجوع



زيادة نبضات القلب

الشعور بالدوار



التعرق البارد



الرجفة



التعب



ماهي أسباب انخفاض مستوى السكر في الدم؟



- عدم الانتظام وتأخير تناول وجبات الطعام أو تناول جرعة الأنسولين بدون تناول وجبة الطعام



- تناول كمية من جرعة العلاج أكبر من الموصى بها



- ممارسة الرياضة لفترات طويلة دون تناول وجبات خفيفة قبل وبعد الرياضة

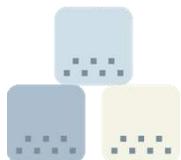


- عدم الاهتمام بالوجبات الخفيفة بين الوجبات الرئيسية

ما هو علاج انخفاض مستوى السكر في الدم؟



- تناول نصف كوب من العصير المحلى أو ثلاث حبات من التمر



- أو ثلاث مكعبات سكر أو 0 - ٦ حبات من الحلوى



- أعد الفحص بعد ١٥ أو ٢٠ دقيقة



- أأخذ وجبة خفيفة تحتوي على النشويات والبروتينات



- في حال استمرار الأعراض أعد العلاج مرة أخرى.



- إذا لم تختفي هذه الأعراض راجع أقرب مستشفى

كيف يمكنني التحكم بمستوى السكر في الدم عند

الأطفال؟

يؤكد الأطباء المتخصصين بأن التحكم في مستوى السكر في الدم عند الأطفال ينقسم إلى ثلاثة أقسام:

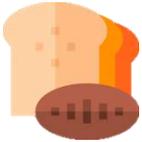
1. الخطة الغذائية:

عند وضع الخطة الغذائية يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار العوامل التالية: العمر والجنس والوزن

والفعالية والخلفية الثقافية، كما يجب الاهتمام بالطعام

المفضل لدى الطفل. وهناك بعض النقاط العامة التي يمكن

تطبيقها والحرص عليها:



• يفضل الحصول على الكميات المطلوبة من

السكريات عن طريق النشويات والحرص على تجنب سكر

القصب، يمكن استخدام المحليات الصناعية مثل السكرين

كبديل للسكر.



- الأغذية المحتوية على الألياف تساعد على التحكم بمستوى السكر في الدم.



- استبدال الدهون الحيوانية واللحوم الدسمة بالزيوت النباتية وشرائح اللحم الأحمر وصدور الدجاج والسّمك.



- يمكن تعديل مدخول السكريات والأطعمة في الخطة الغذائية مع الحرص على انتظام كميات الأطعمة وعلى ثبات مدخول السكر ويمكن أحياناً السماح بالإفراط في بعض المناسبات وكذلك بالكعك المقلّي والمُحلّى وقطع السكر مثل الشوكولاتة والكراميل.

٢. المعالجة الدوائية:

تتم المعالجة الدوائية عن طريق حقن الانسولين تحت الجلد حسب الخطة التي يضعها الطبيب المختص مع الحرص على مراجعته بشكل دوري.



٣. المراقبة الذاتية:

تعتبر المراقبة الذاتية من مسؤوليات الأهل عن طريق قياس سكر الدم أول البول عدة مرات يومياً في بداية العلاج ولكن عندما يستقر الوضع ويعتاد الطفل على جرعات الأنسولين وعلى خطة الطعام فإنه يُنصح بإجراء الفحص مرتين أو أكثر يومياً ثم تُقلل إلى مرة اسبوعياً.



ملاحظة:



لابد من تدوين النتائج في جداول خاصة حتى يطلع عليها الفريق الطبي المُعالج عند الزيارات الدورية.

نصائح أخيرة:



- يجب أن تُعامل طفلك المصاب بالسكري معاملة طبيعية. الخوف الزائد والإفراط في تدليل الطفل بحجة أنه مريض لأن تعاملك وتعامل الفريق الطبي مع الطفل يُعتبر من الأركان الأساسية للتحكم والتعايش بأمان مع السكري.
- تجنّب استخدام كلمة **نظام غذائي أو حمية غذائية** مع طفلك المصاب بالسكري لأنها تعني المنع والتقيد وقد تجعل الطفل يشعر بالقلق أو العصيان.

المصادر والمراجع:

جمعية السكر الأمريكية، ADA

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين وحدة السكري بمستشفى
الملك فهد الجامعي.

قسم التوعية الصحية

IAU-20-12



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University