



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

قياسات السكر بالدم

Glucose Monitoring



لماذا ينبغي علي فحص السكر بالدم؟

- لمعرفة التغيرات التي تطرأ عليك نتيجة للعلاج
- لمنع المضاعفات الخطيرة في الأعصاب والأوعية الدموية والكللى
- لمنع انخفاض السكر في الدم عن المعدل المطلوب



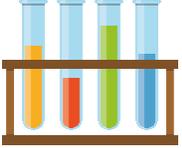
ماهي أنواع فحص السكر بالدم؟

١. فحص الدم الصائم:



يتطلب هذا الفحص الصيام قبل الفحص، لذلك ينبغي عليك الامتناع عن الأكل والشرب لمدة لا تقل عن ٨ ساعات. إذا كانت نتيجة الفحص أكثر من ١٢٦ ملغم من السكر في الدم، فأنت مصاباً بداء السكر. في هذه الحالة ننصحك بالتأكد عن طريق إعادة فحص الدم الصائم في يوم آخر.

٢. فحص الدم الفاطر:



لا يتطلب هذا الفحص الصيام وإنما يقاس مستوى السكر في الوقت الذي تؤخذ فيه عينة الدم خلال اليوم.

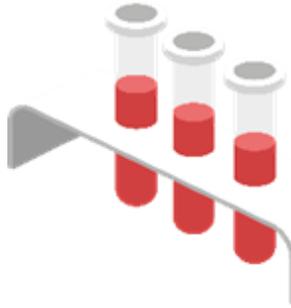
٣. فحص الدم خلال ساعات متعددة:



يتم عمل هذا الفحص بعد ١-٢ ساعة من تناول الوجبات وذلك لتقييم مدى استجابة جسمك لسكر الجلوكوز.

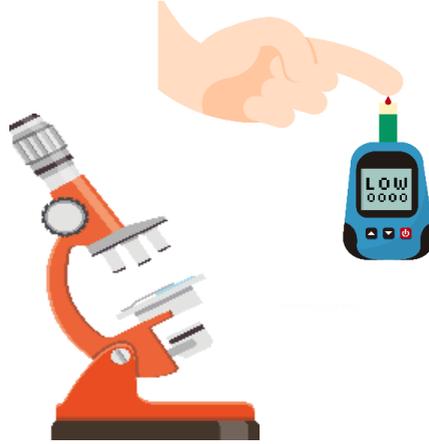
٤. فحص الهيموجلوبين السكري (HbA1C):

يُفضّل إجراء هذا الفحص كل ثلاثة أشهر فهو يعكس مستوى السكر في الدم في الثلاثة أشهر الأخيرة يُعدّ هذا الفحص مهم في تقييم مدى تحكّمك في مستوى السكر لديك وكذلك مدى احتمال إصابتك بالمضاعفات المزمنة الناتجة عن فرط ارتفاع مستوى السكر في الدم لفترات زمنية طويلة.



ماهي طريقة قياس نسبة السكر في الدم؟

يمكنك قياس نسبة السكر في الدم إما في المختبر أو باستخدام الأجهزة المنزلية الذاتية، كما يُعتبر جهاز فحص سكر الدم الذاتي من الفحوصات الدقيقة و السهلة.



ماهي الأوقات التي يُفضّل فيها استخدام جهاز

السكر؟

يعتمد على نوع السكر والحالات المصاحبة لها، ولكن غالباً تكون:



قبل الوجبات الغذائية

بعد ساعتين من تناول الوجبة



قبل النوم

الساعة الثانية أو الثالثة فجراً



هل تختلف أوقات القياس باختلاف نوع السكر؟

نعم، تختلف أوقات القياس باختلاف نوع السكر.

السكري من النوع الأول:

لا بد أن تفحص يومياً قبل كل وجبة وقبل النوم، أو ثلاثة أيام في الاسبوع على الأقل.

السكر من النوع الثاني:

إن كنت تستخدم الأنسولين فإنه ينبغي عليك الفحص مرتين إلى أربع مرات في اليوم.

وإن كنت تستخدم الحبوب فلا بد أن تفحص مره أو مرتين في اليوم مع مراعاة أن يكون الفحص الأول قبل تناول الفطور.

أما إذا كنت مصاباً بالسكري النوع الثاني وتعالج بالحمية والرياضة فقط فعليك أن تفحص قبل أن تتناول الفطور وكذلك بعد الوجبة بساعة أو ساعتين.



ما هي الحالات التي يجب أن أعمل فيها فحوصات

إضافية لمعرفة مستوى السكر؟



قبل تحديد جرعة الأنسولين المناسبة

في فترات الحمل



عند ظهور أعراض نقص السكر أو
زيادته

قبل أداء التمارين الرياضية والنشاطات
المجهدة



قبل قيادة السيارة خصوصاً لمن
يصاب بالهبوط المتكرر

عند الإصابة بالأمراض الأخرى



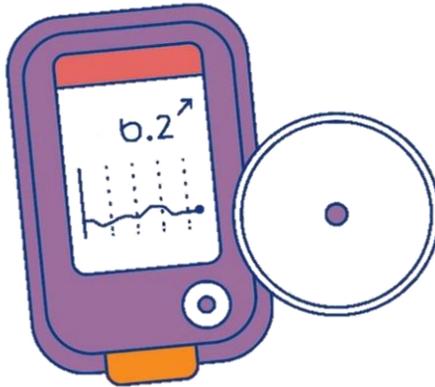
عند تغير النظام الغذائي أو الرياضي

ماهي المراقبة المستمرة لمستوى الجلوكوز في

الدم (CGM)؟

هي طريقة مُعتمدة لمراقبة مستوى الجلوكوز في الدم بشكل مستمر وذلك عن طريق تركيب جهاز المراقبة المستمرة حيث يوفر هذا الجهاز معلومات حول مستوى السكر في الدم كل بضعة دقائق.

يحتوي الجهاز على مستشعر للجلوكوز يتم إدخاله أسفل جلدك ويقرأ السكر في أنسجة جسمك بشكل مستمر. يقوم الجهاز بتنبيهك عند انخفاض أو ارتفاع معدل السكر في الدم. ويتم استبدال جهاز الاستشعار كل عدة أيام.



ماهي معدلات السكر في الدم؟

غير مصاب بالسكر	مصاب بالسكر	
٧. - ٩٩ ملجم / دل	٨. - ١٣. ملجم / دل	صائم
٧. - ٩٩ ملجم / دل	٨. - ١٣. ملجم / دل	قبل الأكل
١٤. ملجم / دل	أقل من ١٨. ملجم/دل	بعد الأكل بساعتين

مصاب بالسكر	ما قبل السكر	الطبيعي
أكثر من أو يساوي ١٢٦ ملجم / دل	١١. - ١٢٥ ملجم / دل	أقل من ١٠٠ ملجم / دل
أكثر من ٦,٥	ما بين ٥,٧ إلى ٦,٤	أقل من ٥,٧

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-20-8



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University