حياة
جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة
مرخصة من المركز الوطني لتنمية القطاع غير الربحي برقم ٣٦٢
١٤٤٧هـ

العـــدد السادس والعشرون للنشرة الصحية

نوفمبر 2022

صيدليـــة النحـــاس
alnahhas pharmacy

لحياة حياة



أسرة صحية

في بيتنا
مريض سكري

اليوم العالمي لداء السكري

ماهي أعراض داء السكري ؟

ماهي أنواع المضادات الحيوية

بسم الله الرحمن الرحيم

المحتويات

موضوع العدد : اليوم العالمي للسكر

جوانب صحية : المضادات الحيوية

أسرة صحية : في بيتنا مريض سكري

برامج حياة

داء السكري

داء السكري مرض مزمن يحدث عندما يعجز البنكرياس عن إنتاج الإنسولين بكمية كافية، أو عندما يعجز الجسم عن الاستخدام الفعال للإنسولين الذي ينتجه. والإنسولين هو هرمون ينظّم مستوى السكر في الدم

العوامل الخطرة أو المساعدة لداء السكري :



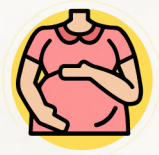
عوامل وراثية



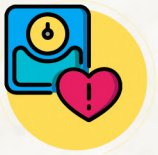
قلة ممارسة الرياضة



التدخين



الحمل
تغيرات هرمونية



السمنة
زيادة الوزن



ارتفاع ضغط الدم
ارتفاع الكوليسترول



العمر



بعض الامراض او الاصابات
الشديدة للبنكرياس

انواع داء السكري:

النوع الأول وفيه يكون هناك قصور في إفراز البنكرياس للانسولين .

النوع الثاني وفيه يفرز البنكرياس الانسولين بكفاءة ولكن الانسولين نفسه يقل تأثيره على الجسم لأسباب مختلفة .ومع الوقت قد يجهد البنكرياس نفسه فتقل قدرته وافرازه للانسولين .

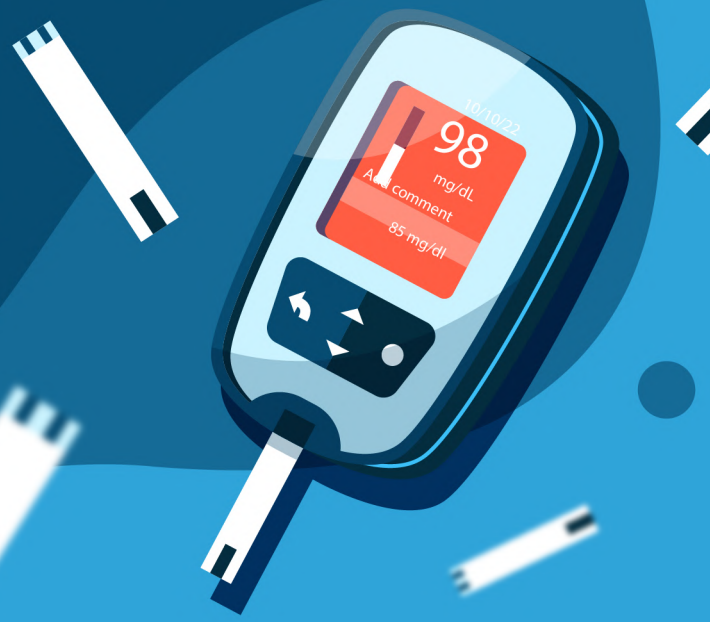
الأنواع الفرعية

النوع الثالث

سكري الحمل بعض النساء تصاب بداء السكري اثناء الحمل رغم أنها قبل الحمل لم تكن مصابة به.. وغالبا يختفي بعد الحمل وان كان هذا يعتبر مؤشر لاحتمالية إصابتها بالنوع الثاني بعد فترة ..

النوع الرابع

الأدوية والعقاقير , بعض الأدوية والعقاقير مثل : الكورتيزون تتسبب في ارتفاع نسبة السكر في الدم ارتفاعاً مؤقتاً



أعراض داء السكري



01 العطش الشديد

02 كثرة التبول

03 الجوع المستمر

04 نزول الوزن المفاجئ

05 الخمول وفقدان الطاقة

06 الالتهابات المتكررة

07 تشويش النظر

08 تنميل باليد او القدم

كيف يتم تشخيص داء السكري؟

	صائم	بعد الاكل بساعتين
طبيعي	أقل من 100	أقل من 140
قابل للأصابة	125 – 100	199 – 140
مصاب	أكثر من 126	أكثر من 200



ارتفاع السكر

ارتفاع نسبة السكر في الدم **أكثر من 250 ملغ** قد يؤدي الى ظهور كيتون في البول ثم بالدم (الحموضة الكيتونية)

الأعراض


تعب


اعياء شديد


رائحة الاسيتون


قيء أو شعور بالغثيان


الاغماء

الأسباب :

-عدم تناول الدواء او نقصانه
-عدم ممارسة الرياضة
-الزيادة في كمية الاكل

العلاج :

-سرعة التوجه إلى أقرب مستشفى وذلك لإسعافه .

انخفاض السكر

انخفاض نسبة السكر في الدم **أقل من 60 ملغ** قد يشتد الانخفاض ويؤدي الى الاغماء وثم الغيبوبة ثم الوفاة لا سمح الله .

الأعراض


الرعشة


زيادة ضربات القلب


الجوع


الدوار


الاغماء


التعرق


الارتجاف


الصداع


القلق والتوتر

الأسباب :

-كثرة ممارسة الرياضة
-عدم تناول الوجبة
-عدم الالتزام بتعليمات الطبيب في تناول العلاج

العلاج :

-شرب السوائل المحلاة (ماء وسكر او عصير يتم اضافة السكر) أو قطعتين حلوى أو ملعقة عسل وبعد 15 دقيقة يتم تناول وجبة لتجنب الانخفاض مرة اخرى .
-يتم تكرار الكميات حتى ينتظم السكر , واذا لم يتحسن يتم نقل المريض الى المستشفى .

ندى عبدالعزيز الزايدي | اخصائية تغذية عامة ، مثقفة سكرية معتمدة |

المرجع : وزارة الصحة



ماهو ؟

المضاد الحيوي

هو مركب كيميائي يقضي على الجراثيم(البكتيريا) ويدخل ضمن مجموعة كبيرة من المركبات اسمها مضادات الأحياء الدقيقة ،ويستخدم للوقاية والعلاج من الأمراض (البكتيريا) .

أنواع المضادات الحيوية



مضاد حيوي ضيق المدى: له القدرة على العمل على نوع معين من البكتيريا ومتخصص فيها.



مضاد حيوي واسع المدى : له القدرة على العمل على أكثر من نوع من البكتيريا.



الإحتياطات التي يجب إتباعها عند أخذ مضاد حيوي

١) إن كنت تعاني من أعراض برد فلا يجب أخذ مضاد حيوي لأنه فيروس وليس بكتيريا إلا بتعليمات الطبيب.

٢) لابد من الأستمرار على أخذ المضاد الحيوي حتى انتهاء المدة المحددة من قبل الطبيب ،لايصح التوقف في منتصف المدة تجنباً لحدوث (مقاومة المضادات الحيوية) حتى لو شعرت بتحسن الأعراض لابد من إكمال مدة المضاد الموصوفة كاملة.

٣) كثرة أخذ المضادات الحيوية بدون وصفة طبية سيقلل من البكتيريا المفيدة الموجودة بالجسم .

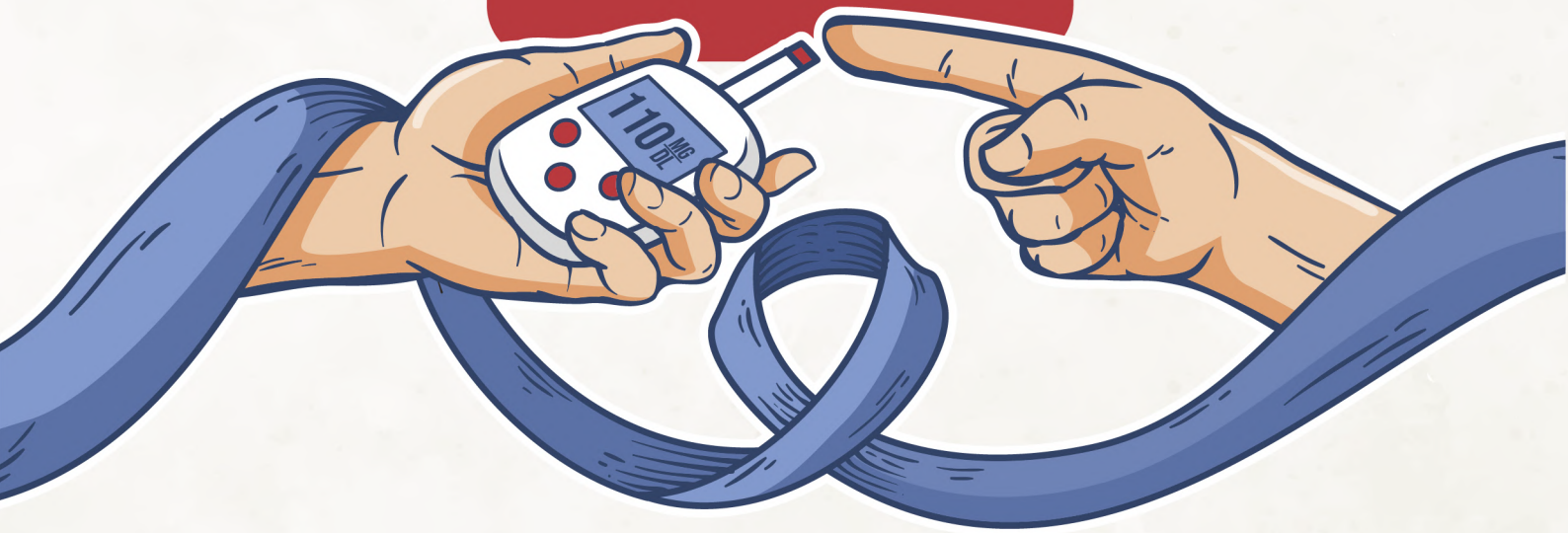
٤) عدم كسر أو طحن حبوب المضاد، ولو كانت على شكل سائل لابد من رج الزجاجة جيداً.

٥) لابد أن نعلم أن جرعة المضاد تختلف من شخص لأخر حسب المرض ،عمر المريض , وزنه والحالة الصحية للمريض.

د/ سوزان طلال الجهني | طبيبة عامة |

المرجع : وزارة الصحة

في بيتنا مريض سكري



عند وجود مريض سكر في المنزل يجب التعاون للوصول الى حياة صحية متوازنة للابتعاد عن المضاعفات.

- الاهتمام بالغذاء الصحي.
- الاهتمام باللياقة البدنية والصحة الجسدية.
- الابتعاد عن مصادر العدوى والإسراع بعلاجها.
- اخذ العلاج بانتظام والمحافظة على المتابعة المستمرة مع الأطباء.
- التحليل المنتظم ومعرفة القراءات – والتفاعل مع القراءات المرتفعة أو المنخفضة.

من المهم

- الدعم النفسي للمريض المصاب بالسكري.
- مشاركته في جميع الأنشطة المدرسية إذا كان طفلا والاجتماعية وعدم معاملته بطريق مختلفة عن باقي الافراد.

من مضاعفات مرض السكري

1. مرض القلب والاوعية الدموية: حيث انها تصبح أكثر حدوثا في مرضى السكري.

2. تلف ومشاكل العيون: (اعتلال الشبكية) والتي قد يؤدي الى العمى بسبب تضرر الاوعية الدموية الموجودة في العين.

3. تلف القدم (القدم السكرية): وذلك بسبب تلف أعصاب القدم وضعف تدفق الدم اليها مما يؤدي الى قلة الإحساس ويزيد من خطر الإصابة بالعدوى والجروح وقد تصل الى الغرغرينا.

4. تلف الكلى: مما قد يؤدي الى الاضرار بوظيفتها والاصابة بالفشل الكلوي.

5. تلف الاعصاب: وذلك بالتأثير على جدران الاوعية الدموية الصغيرة وخاصة في الساقين وقد تسبب ذلك الشعور بالخدر والتنميل في أصابع القدم واصابع اليدين.

6. امراض الجلد والفم: حيث يجعل المريض أكثر عرضة للإصابة بمشاكل الجلد وزيادة حدوث العدوى البكتيرية والفطرية.

لذلك المحافظة على نمط الحياة الصحي يساعد في علاج مقدمات السكري والوقاية من مضاعفات المرض.



العيادات الطبية المتنقلة

شهر اكتوبر- 2022

المدينة المنورة - طريق المطار بجوار جوهرة السعيد سابقاً

محافظة الحناكية

اجمالي المستفيدين من الخدمات المقدمة **6,417** مستفيد

عيادتين طب عام
1,520
مستفيد

عيادة عيون
1,099
مستفيد

عيادتين أسنان
574
مستفيد

المختبر المتنقل
642
مستفيد

الصيدلية المتنقلة
2,722
مستفيد

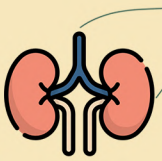
عيادة استشارية
35
مستفيد



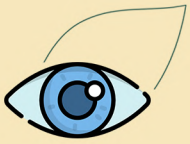
احصائية

العـــــلاج الخيري

شهر اكتوبر - 2022



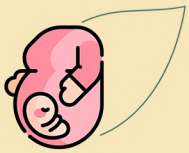
2259 جلسة
ومن أحياها (لغسيل الكلى)



33 مستفيد
إبصـــار (عمليات العيون)



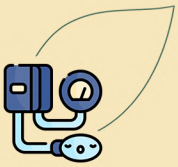
51 مستفيد
أجر وعافية (العمليات الطارئة)



18 مستفيد
الأمومة والطفولة (ولادات)



338 مستفيد
دوائـي (الأدوية)



47 مستفيد
صحتـي (المستلزمات الطبية)



مساهمة الجمعيـة

2,363,977

ريـــــال

التكلفة الاقتصاديـــة

2,639,380

ريـــــال

يسعدنا استقبال مشاركتكم وتجاربكم الشخصية مع
جمعية حياة لإضافتها للعدد القادم عبر :

info@hayat.org.sa

362td www.hayat.org.sa 8004420055


تبرعك من بيتك سهل
وسريع و آمن
عبر متجر الجمعية الإلكتروني
td.org.sa
Pay
VISA
mastercard
مدى
mada
طرق
الدفع



حياة

جمعية حياة الخيرية بالمدينة المنورة

مرخصة من المركز الوطني لتنمية القطاع غير الربحي برقم ٣٦٢