

اختلالات گوارشی ناشی از دیابت کدامند؟

عواملی چون افزایش شیوع چاقی ناشی از شکل نادرست زندگی شهر نشینی و افزایش سن جوامع بشری، منجر به افزایش سرعت شیوع بیماری دیابت در جهان شده و متأسفانه این افزایش در کشورهای در حال توسعه از جمله در کشور ما چشمگیرتر هم بوده است.

به گزارش گروه اجتماعی ایسکانیوز، مبتلایان به دیابت بیش از دیگران در معرض خطر بروز عوارضی مانند اختلالات بینایی، حملات قلبی عروقی، قطع پا و یا نارسایی کلیوی قرار دارند. این درحالی است که مطالعات اخیر نشان داده‌اند که با رعایت برنامه غذایی سالم، اعتدال در مصرف غذا، داشتن فعالیت فیزیکی منظم، کنترل دقیق قند خون و... می‌توان از بروز بسیاری از عوارض دیابت جلوگیری کرده و بر این اساس بیماران دیابتی می‌توانند از یک زندگی سالم و طول عمر طبیعی بهره‌مند شوند.

اختلال گوارشی ناشی از دیابت

از ابتدای زمان تشخیص دیابت نوع دو و از پنج سال بعد از شروع دیابت نوع یک، ممکن است کار دستگاه گوارش مختل شود. اگر قند خون به مدت طولانی بالا باشد، تغییرات شیمیایی در رشته‌های عصبی ایجاد شده و عروق تغذیه کننده این رشته‌ها دچار آسیب‌دیدگی می‌شوند. در نتیجه، کار رشته‌های عصبی معده و روده مختل و یا به کلی متوقف می‌شود. پیامدهای این وقایع می‌تواند تاخیر در تخلیه محتویات معده و یا بروز یبوست و اسهال دیابتی باشد.

اسهال و یبوست دیابتی

در بیمار دیابتی، کندی حرکت روده باعث رشد بیش از حد باکتری‌های روده می‌شود. تجمع باکتری‌ها در روده باعث بروز اسهال می‌شود. در صورت اثبات این حالت ممکن است برای بیمار آنتی‌بیوتیک یا داروهای دیگری تجویز شود. علل دیگری هم وجود دارند که می‌توانند باعث بروز اسهال در بیمار دیابتی شوند. در صورت بروز اسهال در بیمار دیابتی و ادامه آن به مدت بیش از دو هفته، ضمن نیاز به کنترل دقیق قند خون، مراجعه به پزشک متخصص گوارش لازم است.

ممکن است فرد دیابتی دچار یبوست شود که با مصرف غذاهای حاوی فیبر مثل میوه، سبزی، خوردن مایعات کافی و انجام فعالیت‌های ورزشی تا حدی بهبود می‌یابد. در مواردی که یبوست طول کشیده، ممکن است پزشک داروهایی را برای بیمار تجویز کند. بررسی علت بروز یبوست در بیمار دیابتی توسط پزشک متخصص گوارش لازم است.

بنابر اعلام پژوهشکده علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران، علائم تاخیر در تخلیه معده شامل سوزش سردل، تهوع، استفراغ غذاهای هضم نشده، احساس پری شکم و سیری زودرس، کاهش وزن، نفخ شکم، نوسان در میزان قند خون، کاهش اشتها، برگشت غذا از معده به مری و... است که البته شدت این نشانه‌ها می‌تواند کم، متوسط یا زیاد باشد.

