

## کتواسیدوز دیابتی چیست؟

انسولین (هورمون ترشح شده توسط پانکراس) کمک می کند ، قندی که در جریان خون وجود دارد به سلولها وارد شده و در آنجا تبدیل به انرژی شود.

در کتواسیدوز دیابتی چون انسولین در خون بسیار کم است یا اصلا وجود ندارد تا قند را به داخل سلول ببرد و بسوزاند، در نتیجه قند در خون باقی می ماند و مقدار آن مرتبا افزایش می یابد و بدن برای تامین انرژی، به جای سوزاندن قند، چربی را می سوزاند که باعث افزایش ماده سمی به نام کتون در خون می شود. وقتی قند خون بالا برود کلیه ها نمی توانند آن را تصفیه کند و قند به همراه ادرار دفع می شود و مقدار زیادی آب هم برای رقیق کردن ادرار دفع می شود. و بدن دچار کم آبی می شود. وجود کتون زیاد برای فرد مبتلا به دیابت خطرناک است و باعث اسیدی شدن خون می شود. این یک وضعیت اورژانسی خواهد بود که به درمان فوری نیاز دارد.

## کتواسیدوز مرتبط با دیابت چه کسانی را تحت تاثیر قرار می دهد؟ افرادی که:

این وضعیت بیشتر در افراد مبتلا به دیابت نوع ۱ شایع است اما احتمال درگیری برای مبتلایان به دیابت نوع ۲ هم وجود دارد.

- ♦ دیابت تشخیص داده نشده
- ♦ افراد مبتلا به دیابت نوع یک
- ♦ افراد مبتلا به دیابت نوع دو

## علائم کتواسیدوز وابسته به دیابت را بشناسید!

### نشانه های اولیه DKA

- سردرد
- پر ادراری
- کم آبی بدن
- تشنگی شدید
- افزایش کتون در ادرار یا خون
- افزایش قند خون (سطح گلوکز بیش از ۲۵۰ mg/dl)

### نشانه های شدیدتر DKA

- درد شکمی
- تنگی نفس و نفس نفس زدن
- کاهش هوشیاری
- نفس با بوی میوه
- احساس سردرگمی
- حالت تهوع و استفراغ
- احساس خستگی و ضعف مداوم
- خشکی غیر معمول پوست و دهان

## چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

- ♦ اگر قند خون دوبار بالای ۳۰۰ mg/dl باشد.
- ♦ اگر قند خون زیر ۷۰ mg/dl باشد و علائم کاهش قند خون داشته باشید.
- ♦ اگر میزان کتون ادرار ، در تست های خانگی بالا باشد.

♦ اگر حداقل یک بار استفراغ کرده اید و یا دچار اسهال ( ۵ بار یا بیشتر) در طی ۶ ساعت شده اید.

♦ اگر علائمی از عفونت مانند تب ، گلودرد و زخم گلو دارید.

## فاکتورهای خطر کتواسیدوز وابسته به دیابت کدامند؟

- بیماری
- بارداری
- پانکراتیت
- حمله قلبی
- ترشح هورمون استرس
- آسیب های عاطفی یا جسمی
- سوء مصرف مواد مخدر و الکل
- عفونتهای پوستی و مجاری ادراری
- داروهای ضد روان پریشی و کورتیکواستروئیدها

## روش های تشخیص

- معمولا پزشک برای بررسی بیشتر به نتایج آزمایشات زیر نیاز دارد:
- آزمایش کتون ادرار
- آزمایش کتون خون
- آزمایش قندخون ← سطح قندخون بالاتر از ۲۵۰ mg/dL
- آزمایش بی کربنات و PH خون

وجود کتون در ادرار یا خون

## درباره ی کتواسیدوز دیابتی چه می دانید؟



- وعده های غذایی خود را مانند همیشه میل کنید.
- تا ایجاد وضعیت نرمال از انجام فعالیت های سنگین ورزشی خودداری کنید.

### روش پیشگیری از کتواسیدوز وابسته به دیابت:

- ◇ بررسی منظم میزان قندخون و نگه داشتن آن در محدوده نرمال
- ◇ اگر دچار عفونت شده اید و یا در شرایط بیماری خاصی قرار دارید قند خون را هر ۳-۴ ساعت یکبار کنترل کنید.
- ◇ مصرف منظم داروهای دیابت و تزریق صحیح انسولین
- ◇ بررسی منظم سطح کتون ادرار یا خون در صورت داشتن قند خون بالا تر از ۲۵۰ mg/dl
- ◇ اگر پزشک دستور خاصی برای مصرف انسولین کوتاه اثر در موقعیت های خاص افزایش ناگهانی قند یا کتون ادرار داده است آنرا اجرا کنید.
- ◇ رعایت برنامه غذایی سالم و انجام فعالیت بدنی منظم
- ◇ اگر غذا نخورده اید، انسولین را قطع نکنید، چون بدن همیشه به انسولین نیاز دارد.
- ◇ بررسی نشت انسولین در صورت استفاده از پمپ آن و اتصالات لوله برای عدم وجود حباب هوا
- ◇ انجام چکاپ دوره ای و منظم زیر نظر پزشک متخصص غدد

کتواسیدوز دیابتی یک وضعیت حاد است، به این معنی که شروع ناگهانی و شدید دارد. و می تواند در عرض ۲۴ ساعت ایجاد شود. اگر شما با وجود داشتن دیابت نوع ۱ یا ۲ دچار استفراغ شده اید احتمال ایجاد آن با سرعت بیشتر وجود دارد. بنابراین بسیار مهم است به محض این که علائم DKA را تجربه کردید قبل از این که کتواسیدوز دیابتی شدیدتر شود، به اورژانس بیمارستان بروید و با پزشک معالج خود تماس بگیرید.

کتواسیدوز دیابتی در ۹۵٪ موارد به خوبی درمان می شود ولی اگر DKA به موقع درمان نشود، احتمال بیهوشی و به کما رفتن و مرگ وجود دارد.

### درمان کتواسیدوز دیابتی:

#### ۱- اقدامات اورژانسی

- \* تزریق مایعات و بازگرداندن تعادل مواد شیمیایی خون
- \* جایگزینی الکترولیت برای رساندن مواد معدنی مانند سدیم، پتاسیم (باعث عملکرد صحیح قلب، عضلات و اعصاب می شود)
- \* تزریق انسولین به صورت زیرجلدی برای کاهش کتون
- \* تزریق آنتی بیوتیک برای درمان عفونت
- \* انجام اقدامات لازم جهت کاهش خطر حمله قلبی

#### ۲- مراقبت های خانگی

- دوز انسولین و دارو را بر اساس تجویز پزشک مصرف کنید.
- از نوارهای تشخیص کتون ادرار یا خون در منزل برای بررسی استفاده کنید.
- مایعات فراوان برای جلوگیری از کم آبی بنوشید.