



مجلة قسم التمريض الباطني الجراحي للعام الجامعي (2025 – 2026)

كلمة رئيس قسم التمريض الباطني الجراحي للطلاب:

أيها الطلاب الأعزاء، أهلاً بكم في قسم التمريض الباطني والجراحي. يسعدني أن أرحب بكم في رحاب هذا القسم، وأتمنى لكم عاماً دراسياً مليئاً بالنجاح والفائدة.

أهنتكم على اختياركم لمهنة التمريض، فهي مهنة نبيلة وتتطلب تفانياً وجهداً، لكنها في المقابل تمنحكم فرصة فريدة لإحداث فرق حقيقي في حياة الناس.

يعتبر قسم التمريض الباطني الجراحي هو حجر الزاوية في كلية التمريض، ويُنظر إلى قسم التمريض الباطني والجراحي على أنه "العمود الفقري" أو الركيزة الأساسية لتخصصات التمريض بالكلية. ويسعى دائماً ليكون في المقدمة في كافة الأنشطة الأكاديمية.

يهدف قسمنا إلى تزويدكم بالمعرفة والمهارات الأساسية في مجال التمريض الباطني والجراحي الحديث، لتمكينكم من تقديم رعاية تمريضية شاملة وعالية الجودة في مختلف تخصصات التمريض للبالغين. كما نهدف إلى تخريج كوادر تمريضية مؤهلة قادرة على التعامل مع مختلف الحالات.

التمريض مهنة مليئة بالتحديات، لكنها مليئة أيضاً بالفرص. لا تخافوا من استكشاف هذه التحديات والبحث عن فرص جديدة لتطوير مهاراتهم. وتذكروا أن كل مريض له كرامته، ومن واجبكم احترامها وتوفير بيئة آمنة وداعمة.

كونوا على أتم الاستعداد للاستمرار في التعلم وتطوير أنفسكم طوال حياتكم المهنية، فلا يتوقف العلم عند حدود الجامعة. نحن فريق واحد، وأنشدكم بالتعاون مع زملائكم في المهنة، وتبادل المعرفة والخبرات. احترام الزملاء هو أساس العمل الناجح.

أخيراً، أتمنى لكم كل التوفيق والنجاح في دراستكم وفي مسيرتكم المهنية. وتذكروا أنكم السواعد التي ستعتني بأفراد المجتمع غداً. أتمنى لكم عاماً دراسياً ناجحاً!

اليوم العالمي للقلب

نظمت كلية التمريض بجامعة بني سويف نشاط للاحتفال "اليوم العالمي للقلب" والذي يتم الاحتفال به سنوياً في 29 سبتمبر من كل عام برعاية

- أ.د/ طارق علي- رئيس الجامعة
- أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود- نائب رئيس الجامعة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة
- أ.د/ حنان الزيلاوي حسن- عميد كلية التمريض
- أ.د/ شيرين السيد شريف - وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- أ.م.د/ إيمان محمد أحمد - رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي.



يتشرف قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة بكلية التمريض جامعة بني سويف بالتعاون مع قسم تمريض الباطني الجراحي عن "الاحتفال باليوم العالمي للقلب"

برعاية



أ.د/ طارق علي
رئيس جامعة بني سويف



أ.د/ حنان الزيلاوي
عميد كلية التمريض



أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود
وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



أ.د/ شيرين السيد
وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



أ.م.د/ إيمان محمد أحمد
رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي



تحت إشراف كلا من

وذلك يوم الإثنين الموافق 27\10 بكلية التمريض الساعة الحادية عشر ظهرا



وتناول اليوم شرح تقديمي عن بعض الموضوعات مثل التعريف باليوم العالمي للقلب وأهم الأمراض الشائعة لمرضى القلب وأهم الفحوصات الدورية المطلوبة للكشف المبكر عن أمراض القلب وطرق الوقاية المختلفة للوقاية من أمراض القلب.

بالإضافة إلى المرور على مكاتب الإداريين بالكلية وتوزيع بروشورات للتوعية تتضمن الأمراض الشائعة لمرضى القلب والفحوصات وطرق الوقاية من هذه الأمراض وذلك لرفع الوعي لجميع منسوبي الكلية





اليوم العالمي للقلب



إعداد
قسم تمريض الباطني الجراحي
تحت إشراف
أ.د/ ايمن محمد
Medical Surgical
Nursing department
2026-2025

4 خطوات لحماية نفسك من أمراض القلب والأوعية الدموية



نمط لحياه الصحي للوقايه من امراض القلب :

- المحافظة على وزن صحي.
- ممارسة التمارين الرياضية.
- الإقلاع عن التدخين.
- التعامل مع الضغط والتوتر.
- السيطرة على مستوى السكر.
- التحكم بمستويات ضغط الدم.
- السيطرة على مستويات الدهون.
- تناول الأدوية العلاجية الموصوفة.
- الامتناع عن تعاطي المخدرات والمواد غير المشروعة.

6 طرق للوقاية من أخطر أنواع أمراض القلب



اهمية الفحوصات الدورية والكشف المبكر:

الفحوصات الدورية تلعب دورًا محوريًا في الكشف المبكر عن أمراض القلب، مثل ارتفاع ضغط الدم، وزيادة الكوليسترول، واضطرابات النّبعض، التي قد لا تظهر أعراضها في المراحل الأولى. إجراء فحص دوري كل ستة أشهر أو سنة يساعد في تحديد عوامل الخطر قبل تطورها، ويمنح الطبيب الفرصة لاتخاذ التدابير الوقائية في الوقت المناسب.

من أهم الفحوصات التي يُوصى بها:

- قياس ضغط الدم بانتظام
- تحليل مستوى الكوليسترول والدهون الثلاثية
- فحص مستوى السكر في الدم
- فحص تخطيط القلب ECG
- قياس الوزن ومحيط الخصر.



انواع امراض القلب الشائعة:

أمراض الشرايين التاجية
الذبحة الصدرية
النوبات القلبية
فشل القلب
اضطرابات نبض القلب
أمراض صمامات القلب



عوامل الخطر لأمراض القلب

تنقسم عوامل الخطر إلى نوعين:
أولاً: عوامل لا يمكن التحكم بها مثل العمر، الجنس، والوراثة.

ثانياً: عوامل يمكن التحكم بها مثل التدخين، ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع الكوليسترول، السمنة، قلة النشاط البدني، والتوتر النفسي.

اليوم العالمي للقلب:-

اليوم العالمي للقلب يحتفل به في 29 سبتمبر من كل عام وهو مبادره اطلقتها اتحاد القلب العالمي Federation world Heart بالتعاون مع منظمه الصحة لزياده الوعي بامراض القلب والاعويه الدمويه . يهدف هذا اليوم الي تشجيع الافراد والمجتمعات علي تبني اساليب حياه صحيه تقلل من خطر الاصابه بهذه الامراض.



تعد أمراض القلب والأوعية الدموية السبب الأول للوفاة عالميًا، حيث تسبب في ملايين الوفيات سنويًا ومع ذلك، يمكن الوقاية من معظم هذه الحالات عبر التحكم في عوامل الخطر مثل التدخين، سوء التغذية، قلة النشاط البدني، والسمنة.

اليوم العالمي للتهاب المفاصل

نظمت كلية التمريض بجامعة بني سويف نشاط للاحتفال بمناسبة "اليوم العالمي للتهاب المفاصل" والذي يتم الاحتفال به سنوياً في 12 أكتوبر من كل عام برعاية

- أ.د/ طارق علي- رئيس الجامعة
- أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود- نائب رئيس الجامعة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة
- أ.د/ حنان الزبلاوي حسن- عميد كلية التمريض
- أ.د/ شيرين السيد شريف - وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- أ.م.د/ ايمان محمد احمد - رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي



يتشرف قطاع خدمة المجتمع وتنمية البيئة بكلية التمريض جامعة بني سويف بالتعاون مع قسم تمريض الباطني الجراحي عن "الاحتفال باليوم العالمي للتهاب المفاصل"

برعاية



أ.د/ طارق علي
رئيس جامعة بني سويف



أ.د/ حنان الزبلاوي
عميد كلية التمريض



أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود
وكيل الكلية لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



أ.د/ ايمان محمد
رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي



أ.د/ شيرين السيد
وكيل الكلية لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

تحت إشراف كلا من

وذلك يوم الأحد الموافق 10/12 بكلية التمريض الساعة الحادية عشر ظهرا

وتناول اليوم شرح تقديمي عن إلتهاب المفاصل وانواعه والأعراض المصاحبة له
واسباب الالتهاب المفاصل وعوامل خطوره والوقايه منه ويختلف العلاج حسب شدة الحالة
ونوعها
بالاضافة إلى المرور علي مكاتب الاداريين بالكلية وتوزيع بروشورات للتوعية تتضمن
اسباب وعلاج والوقاية من الالتهاب المفاصل وذلك لرفع الوعي لجميع منسوبي الكلية.



انواع التهاب المفاصل

● التهاب المفاصل العظمي (Osteoarthritis) :
ينتج عن تآكل الغضاريف مع التقدم في العمر أو
الضغط الزائد على المفصل.

● التهاب المفاصل الروماتويدي (Rheumatoid arthritis) :
مرض مناعي ذاتي يهاجم بطانة المفاصل ويسبب
تدميرها تدريجيًا.

● النقرص (Gout) :
بسبب تراكم حمض اليوريك في المفاصل، خاصة
مفصل إصبع القدم الكبير



ما هو التهاب المفاصل؟

هو حالة التهابية تصيب المفصل وتؤدي إلى

تورم، ألم، وتيبس في الحركة.

يحدث نتيجة تآكل الغضاريف أو بسبب

اضطراب مناعي ذاتي، وقد يصيب مفصلًا

واحدًا أو عدة مفاصل في الجسم



التهاب المفاصل

تحت اعداد الفرقة الثانية كلية تمريض 2025



اعراض التهاب المفاصل

- ألم في المفاصل يزداد مع الحركة
- تيبس خاصة في الصباح
- تورم و احمرار حول المفصل
- صعوبة في اداء الانشطة اليومية
- ارتفاع طفيف في درجة الحرارة احيانا

الأسباب وعوامل الخطورة

- التقدم في السن
- العوامل الوراثية
- زيادة الوزن
- الإصابة المتكررة في المفصل
- امراض المناعة الذاتية
- امراض المناعة الذاتية

العلاج من الالتهاب

1. الأدوية:

مضادات الالتهاب (NSAIDs)
الكورتيكوزون عند الحاجة
أدوية معدلة للمناعة في الحالات الروماتويدية

2. العلاج الطبيعي:

تمارين لتحسين الحركة وتقوية العضلات

3. تغييرات في نمط الحياة:

فقدان الوزن
التغذية المتوازنة

4. الجراحة:

استبدال المفصل في الحالات المتقدمة



الوقاية من التهاب المفاصل

- الحفاظ علي وزن صحي
- ممارسة التمارين بانتظام
- تجنب الحركات المفاجأة و رفع الاوزان الثقيلة
- ممارسة التمارين بانتظام
- التغذية الجيده الغنيه بالكالسيوم و اوميغا 3



اليوم العالمي لغسل الأيدي

نظمت كلية التمريض بجامعة بني سويف نشاط للاحتفال بمناسبة "اليوم العالمي لغسل اليدين" والذي يتم الاحتفال به سنوياً في 15 أكتوبر من كل عام برعاية

- أ.د/ طارق على- رئيس الجامعة
- أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود- نائب رئيس الجامعة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة
- أ.د/ حنان الزبلاوى حسن- عميد كلية التمريض
- أ.د/ شيرين السيد شريف - وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- أ.م.د/ ايمان محمد احمد - رئيس قسم تمريض الباطنى الجراحى

هذا اليوم يهدف إلى

- ✚ تعزيز الوعي الصحي بين الطلاب وأفراد المجتمع حول الأهمية القصوى لغسل اليدين كإجراء أساسي للوقاية من الأمراض ونقل العدوى، مما يعكس دور الجامعة الفعال في خدمة المجتمع وتنمية البيئة المحيطة
- ✚ تذكير الناس في جميع أنحاء العالم، بضرورة الالتزام بنظافة اليدين في مرافق الرعاية الصحية وغيرها، وبالتالي حماية العاملين في مجال الرعاية الصحية، والمرضى من خطر انتقال العدوى.



تناول اليوم شرح تقديمى عن أهمية غسل اليدين فى منع والحد من انتشار الأمراض ونقلها من شخص لآخر، والأمراض التى يمكن أن يسببها عدم الغسل الصحيح لليدين . وشملت فعاليات اليوم تدريب عملى لمنسوبي كلية التمريض على الطريقة الصحيحة لغسل اليدين طبقا لآخر تحديثات منظمة الصحة العالمية

بالاضافة إلى المرور علي مكاتب الاداريين بالكلية وتوزيع بروشورات للتوعية تتضمن الطريقة الصحيحة لغسل اليدين.



اليوم العالمي لغسل اليدين



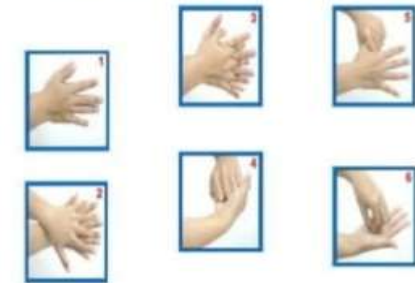
اعداد
الفرقة الاولى
قسم اساسيات التمريض

تحت اشراف
أ.م.د/ ايمان محمد أحمد
رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي
2025-2026



* كيفية غسل اليدين بالطريقة الصحيحة ؟

- تبليل اليدين جيداً بالماء البارد أو الدافئ.
- فرك اليدين بالصابون جيداً لمدة 40-60 ثانية، وإيصال الرغوة إلى كل مكان حتى أسفل الأظافر.
- شطف اليدين جيداً تحت المياه النظيفة حتى تتم إزالة الصابون والرغوة.
- تجفيف اليدين باستخدام منشفة نظيفة أو الهواء الجاف.



(5)

* أوقات غسل اليدين:-

- قبل، خلال، وبعد تحضير وجبة الطعام.
- قبل تناول الطعام حتى وإن كان الشخص في المطعم أو أحد الأماكن العامة.
- قبل وبعد الاعتناء بالشخص المريض.
- بعد دخول الحمام، حتى وإن لم يقيم الشخص باستخدامه؛ فالحمام يُعتبر من أكثر الأماكن التي تحتوي على الأوساخ والجراثيم والأوبئة.
- بعد تغيير الحفاظ للطفل، أو حتى بعد مساعدته على دخول الحمام.
- بعد تنظيف الأنف بالمنديل، أو بعد العطاس والسعال.
- بعد لمس الحيوانات الأليفة، فهي تكون بالعادة مليئة بالجراثيم والأوساخ



(4)

اهمية غسل اليدين:-

- غسل اليدين ليس فقط للتخلص من الأوساخ الظاهرة عليها فقط، إنما هنالك جراثيم تعلق بالأيدي ولا تستطيع العين المجردة رؤيتها.



و يغسل اليدين يتخلص الشخص من هذه الجراثيم والأوساخ حتى يقي نفسه من الأمراض، فعند التفكير بالأمور التي يتم لمسها في اليوم يدرك الشخص كمية الجراثيم والأوساخ التي انتقلت ليديه؛ كحمل النقود، أو التكلّم بالهاتف العام، أو الصعود إلى الحافلة، وغيرها الكثير من النشاطات اليومية والروتينية، لذلك يُفضّل غسل اليدين على الفور أو الاحتفاظ بعبوة مناديل مبلّلة أو بمطهر خاص.

(3)

* تعريف غسل اليدين:-

• إنّ غسل اليدين من أهمّ الأمور التي يجب أن يقوم بها الصغار والكبار في العمر على حدّ سواء؛ فالشخص يتعرّض للجراثيم والأوساخ في كل حركة يقوم بها؛ فانتشار الأمراض والأوبئة يُحتم على الشخص الحرص والاهتمام بالنظافة الشخصية بشكل أكبر حتى يُحافظ على نفسه من المشاكل الصحية المختلفة والأمراض، لذلك يجب التعرف على أهمية غسل اليدين لزيادة التوعية بين الناس.



(2)

اليوم العالمي لسرطان الثدي

نظمت كلية التمريض بجامعة بني سويف نشاط للاحتفال "اليوم العالمي لسرطان الثدي" ويحتفل العالم به في شهر أكتوبر برعاية

- أ.د/ طارق علي- رئيس الجامعة
- أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود- نائب رئيس الجامعة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة
- أ.د/ حنان الزبلاوي حسن- عميد كلية التمريض
- أ.د/ شيرين السيد شريف - وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- أ.م.د/ اماني عرفات - رئيس قسم تمريض صحة الأم وحديثي الولادة
- أ.م.د/ ايمان محمد احمد - رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي



بتشرف قطاع شئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة بالتعاون مع قسيمي التمريض الباطني الجراحي وتمريض صحة الأم وحديثي الولادة بكلية التمريض جامعة بني سويف بدعوة سيادتكم لحضور ندوة تعريفية بعنوان



Fighting breast cancer together "From awareness to care"
معا لمكافحة سرطان الثدي "من التوعية إلى الرعاية"



برعاية



معالي أ.د/ طارق علي
رئيس جامعة بني سويف



أ.د/ شيرين شريف
وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة



أ.د/ حنان الزبلاوي حسن
عميد كلية التمريض

وإشراف كلا من



أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود
نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع



أ.م.د/ اماني عرفات
رئيس قسم صحة الأم وحديثي الولادة



أ.م.د/ ايمان محمد
رئيس قسم تمريض باطني جراحي



لينك استمارة التسجيل

يوم الاحد الموافق ٢٦ اكتوبر ٢٠٢٥ بقاعة د سهير بدر الدين بالدور الأرضي
الساعة العاشرة صباحا

ويهدف هذا اليوم الذي يمتد ليشمل شهر أكتوبر الوردي بأكمله، إلى نشر الوعي بأهمية الكشف المبكر والفحص المنتظم لسرطان الثدي، حيث أن اكتشافه مبكراً يزيد من فرص الشفاء بشكل كبير. ، وتناول اليوم شرح تقديمي عن سرطان الثدي وأسبابه وأعراضه وعلاجه والوقاية من وعن أهميه الكشف والفحص المبكر. بالإضافة إلى المرور على مكاتب الإداريين بالكلية وتوزيع بروشورات للتوعية تتضمن الكشف المبكر والفحص الذاتي للثدي وذلك لرفع الوعي لجميع منسوبي الكلية.



الفحص الذاتي للثدي

الفحص الذاتي طريقة سهلة وتضمن لك السلامة

من الضروري إجراء الفحص الذاتي مرة كل شهر في اليوم السادس أو السابع من الدورة الشهرية وذلك على النحو التالي:



عند قيام المرأة والفحصي كيميكا إذا كان هناك أي شيء غير عادي.

عند قيامك على الوسط والحنفي قليلا لمس المرأة مع ضغط الكتفين والمرفقين إلى الأمام.

عند قيامك خلف راسك واضغطي بعما إلى الأمام مهن تحريك الرأس والمرفقين إلى الأمام.

هذه الخطوات من الفحص الذاتي يمكن إكمالها خلال الاستحمام حيث أن الأضواء يمكن أن تكشف أي تغيرات مع الصابون والصابون. ارفعي يدك اليسرى استعطي ثلاث أو أربع أصابع وأيديك بكتفم الدائري من الثدي. اضغطي برفعة الأصابع وليس لفرلها بشكل دائري وبالتدريج مقارب الساحة وكتفي لتوجيها نحو الحلمة مع الدور على كل الثدي. وكثري على المنطقة بين الثدي والأبط ومنطقة تحت الإبط - تنسبي أي ورم تحت الجلد.

اضغطي بضغط على الحلمة للتأكد إذا كان هناك أي إفرازات (صديد - دم - سائل غير طبيعي) أي من الثديين 4 و 5 على الثدي الأيمن.

الخطوات 4 و 5 تعاد أيضاً عند الاستلقاء على الظهر ثمعدي على الظهر وضعي وسادة تحت ذراعيك الأيسر هذا الوضع يجعل الثدي مستقيماً ويسهل فحصه. دوري نفس العملية على الثدي الأيمن.

الفحص الذاتي المثالي للثدي له أهمية كبيرة في الكشف المبكر عن سرطان الثدي ويقلل من العبء العلاجي والمخاطر الوخيمة لتطور السرطان وانتشاره

أكتوبر شهر التوعية



الفحص الذاتي للثدي 2:

بالنسبة للنساء اللواتي انقطع عنهن الطمث، يفضل عمل الفحص الذاتي للثدي في اليوم نفسه من كل شهر.

في حالة اكتشاف وجود كتلة أو انكماش أو إفرازات من الحلمة خلال فحصك الدوري لتدليك، فإنه من المهم للغاية أن تراجع طبيبك فوراً (إن أكثر الكتل المحسوسة أو الإفراز من الحلمة هي ذات طبيعة حميدة وليست بالضرورة سرطانية، ولكن طبيبك بخبرته قادر على مساعدتك والوصول إلى التشخيص الصحيح).

اليوم العالمي للسكري

نظمت كلية التمريض بجامعة بني سويف نشاط للاحتفال "باليوم العالمي للسكري" ويحتفل العالم به في شهر اكتوبر برعاية

- أ.د/ طارق علي- رئيس الجامعة
- أ.د/ أبو الحسن عبد الموجود- نائب رئيس الجامعة لشئون خدمه المجتمع وتنمية البيئة
- أ.د/ حنان الزبلاوي حسن- عميد كلية التمريض
- أ.د/ شيرين السيد شريف - وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة
- أ.م.د/ ايمان محمد احمد - رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي



برعاية كريمة من:

معالي الأستاذ الدكتور/ طارق علي
رئيس جامعة بني سويف

أ.د/ حنان الزبلاوي حسن
عميد كلية التمريض-جامعة بني سويف

أ.م.د/ ايمان محمد
رئيس قسم تمريض الباطني الجراحي

أ.د/ ابو الحسن عبد الموجود
نائب رئيس الجامعة لشئون البيئة وخدمة المجتمع

أ.د/ شيرين السيد شريف
وكيل الكلية لشئون البيئة وخدمة المجتمع

يسر قسم تمريض الباطني الجراحي دعوة حضراتكم لحضور فعاليات
اليوم العالمي للسكري تحت عنوان
" الوعي و الاهتمام "

كلية التمريض - جامعة بني سويف
الثلاثاء 11/11/2025 11:00 صباحا

تناول اليوم شرح تقديمي عن مرض السكري وانواعه واعراضه ومضاعفاته والنظام الغذائي وشملت فعاليات اليوم تدريب عملي لمنسوبي كلية التمريض على الاماكن المختلفة لاعطاء حقن الانسولين

بالاضافة إلى المرور علي مكاتب الاداريين بالكلية وتوزيع بروشورات للتوعية تتضمن الطريقة الصحيحة لغسل اليدين

سكر الحمل
سكر الحمل هي حالة ارتفاع مستويات سكر الدم أثناء الحمل فقط لدى المرأة الحامل، إذ تقوم المشيمة بإفراز هرمونات تثبط عمل الإنسولين. تتعافى مريضة سكر الحمل بعد الولادة تلقائياً.

أهم أعراض مرض السكر



- | | |
|---------------------|-------------------------|
| نقص مفاجئ في الوزن | العطش الشديد وجفاف الفم |
| حكة والتهابات جلدية | تأخر في التئام الجروح |
| اضطرابات في البصر | آلم وتئلم في الأطراف |
| كثرة التبول | حرارة في القدمين |
| الجوع الشديد | تعب وإرهاق |

* تعريف مرض السكري :-

هو مرض مزمن يتمثل بارتفاع نسبة السكر في الدم. تحدث الإصابة بمرض السكري بسبب نقص إفراز هرمون الإنسولين، أو تراجع قدرة الجسم على استخدامه بفعالية، مما يؤدي إلى تراكم الجلوكوز أو السكر في الدم.

أنواع مرض السكري :

السكري النوع الأول

يسمى السكري النوع الأول أيضاً بسكري الطفولة وهو مرض مناعي ذاتي، أي تقوم مناعة الجسم بمهاجمة خلايا البنكرياس وتدميرها مما يؤدي إلى نقص حاد في إفراز الإنسولين .

السكري النوع الثاني

السكري النوع الثاني هو النوع الأكثر شيوعاً، ويرتبط عادةً بالسمنة يحدث مرض السكري النوع الثاني بسبب مقاومة الجسم لهرمون الإنسولين، واضطراب استجابة الخلايا للهرمون بحيث يتراكم الجلوكوز في الدم

اليوم العالمي لمرض السكري



اعداد

قسم تمريض الباطني والجراحي
أ.م.د/ هدي عطية
د/ هاجر شعبان

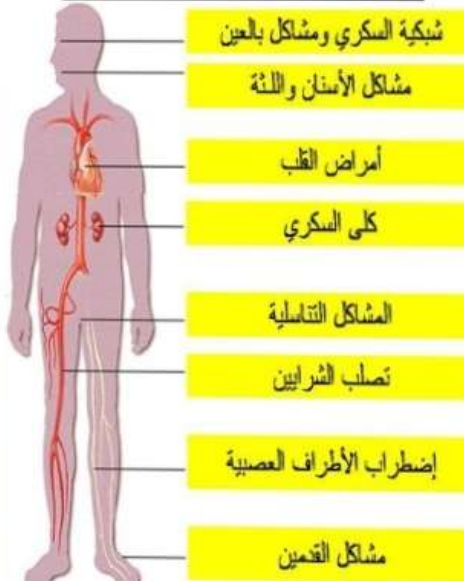
تحت اشراف
أ.م.د/ إيمان محمد

الوقاية من مرض السكري

تركز طرق الوقاية عادةً على مرض السكري النوع الثاني، للتحكم في سكر الدم، يجب اتباع نظام غذائي صحي يركز على الكربوهيدرات الصحية والألياف، وممارسة نشاط بدني منتظم، والالتزام بالأدوية التي يصفها الطبيب، مع مراقبة مستويات السكر بانتظام. بالإضافة إلى ذلك، يساعد الحفاظ على وزن صحي، الحصول على قسط كافٍ من النوم، وإدارة الإجهاد والتوتر على تحقيق السيطرة على سكر الدم.



مضاعفات مرض السكري



للووقاية من القدم السكري، يجب العناية اليومية بالقدمين، بما في ذلك الفحص والغسيل والتجفيف والترطيب، بالإضافة إلى ارتداء أحذية وجوارب مناسبة وتجنب المشي حافي القدمين. كما أن الحفاظ على مستوى السكر في الدم والكوليسترول ضمن المعدلات الطبيعية والإقلاع عن التدخين وممارسة التمارين الرياضية بانتظام ضروري للوقاية من المضاعفات.

كيف يتم تشخيص مرض السكري؟

تم تشخيص مرض السكري بشكل أساسي عبر اختبارات الدم، وأهمها اختبار الهيموغلوبين السكري (A1C) الذي يقيس متوسط مستوى السكر في الدم خلال الشهرين إلى الثلاثة أشهر الماضية، واختبار السكر الصائم الذي يتطلب الصيام لثمانى ساعات أو أكثر. يُعد مستوى السكر في الدم الذي يبلغ 126 ملغم/ديسيلتر أو أعلى في اختبارين منفصلين للصيام، أو نسبة الهيموغلوبين السكري التي تبلغ 6.5% أو أعلى في اختبارين منفصلين، دليلاً على الإصابة بمرض السكري.

متى يكون التشخيص مؤكداً؟

إذا كان لديك أعراض يتم التشخيص عادةً باختبار دم واحد فقط إلى جانب الأعراض الموجودة. إذا لم يكن لديك أعراض يتطلب التشخيص تكرار الاختبار على عينة دم أخرى في يوم مختلف لتأكيد الإصابة.

مضاعفات مرض السكري

على الرغم من كون السكري مرضاً يمكن التحكم به، إلا أنه مرض خطير وله مضاعفات خطيرة، تؤثر بعضها على الحياة اليومية للمريض والبعض الآخر قد يؤدي إلى الوفاة.

