



المركز الوطني للسكري والغدد الصم والوراثة  
National Center for Diabetes, Endocrinology and Genetics

# هبوط السكر

## هبوط السكر

يعتبر انخفاض نسبة السكر في الدم أحد مضاعفات علاج السكري سواء بالحبوب أو الأنسولين

يحدث هبوط السكر نتيجة اختلال التوازن بين كمية الطعام وتأثير الأدوية المخفضة للسكر في الدم مثل الإنسولين أو أدوية السكري عن طريق الفم.

### ما هي أعراض انخفاض السكر بالدم في مريض السكري؟

#### 1- أعراض نتيجة زيادة إفراز الأدرينالين من الغدة الكظرية:

- شحوب في الجسم
  - عرق
  - الإحساس بالجوع
  - رعشة الأطراف
  - زيادة ضربات القلب
- وتعتبر هذه الأعراض بمثابة إنذار للمريض لكي يسرع بتناول عصير الفاكهة أو الماء المحلى بالسكر.

#### 2- أعراض نتيجة نقص السكر في الدماغ .

- ضعف التركيز
- الصداع
- إزدواج الرؤية

- تغير فى الكلام.
- الهياج والتوتر، السلوك العدوانى وتغير طبيعة الشخصية
- تشنجات بالجسم
- الغيبوبة (فقدان الوعى)

## **ما هو مستوى السكر فى الدم عند المريض الذى يعانى من إنخفاض السكر؟**

يبدأ ظهور الأعراض عندما يصل مستوى السكر بالدم إلى 60 ملغم/دل وربما تظهر الأعراض عند مستوى للسكر أقل بكثير من ذلك (45 ملغم/دل) فى حالة تكرار حدوث إنخفاض السكر، بينما يمكن أن تحدث هذه الأعراض عند مستوى السكر فى الدم أكثر من 65 ملغم/دل فى المرضى الذين يعانون من إرتفاع مستوى السكر فى الدم لمدة طويلة.

**هل يمكن أن تحدث نوبات إنخفاض السكر فى الدم أو غيبوبة نقص السكر بدون الأعراض الإنذارية مثل العرق والرعدة وزيادة ضربات القلب؟**  
نعم يعرف هذا بعدم إدراك إنخفاض السكر فى الدم وله عدة أسباب:

1- إعتلال الجهاز العصبي اللاإرادي وهو أحد مضاعفات السكري

2- تناول أنواع معينة من أدوية علاج إرتفاع الضغط مثل مثبطات بيتا  $\beta$ -Blockers (مثل Atenolol)

3- تناول الكحول والذي يؤدي إلى غياب الوعي وعدم الأحساس بالعلامات الإنذارية، ويؤدي أيضا إلى إنخفاض السكر بعد 3-6 ساعات من تناوله

4- كثرة حدوث انخفاض السكر نتيجة أخذ جرعات عالية من الأنسولين أو إهمال الوجبات

**ما هي الأسباب التي تؤدي إلى نقص السكر في الدم عند مريض السكري؟**

1- إستخدام جرعة كبيرة وغير مناسبة من الأنسولين أو الأقراص المخفضة للسكري مثل glibenclamide جليبنكلاميد

- 2** إهمال إحدى الوجبات الرئيسية فى الغذاء
- 3** عمل تمرينات رياضية شديدة أو مجهود بدنى شديد
- 4** وجود قصور كلوى أو كبدى مما يؤدى إلى عدم قدرة الجسم على التخلص من الحبوب التى يتناولها مريض السكرى. وزيادة عمر هذه الأدوية فى الدم ، ولا بد من استبعاد وجود القصور الكلوى أو الكبدى فى المرضى الذين يعانون من الانخفاض المتكرر للسكر فى الدم
- 5** إعتلال الجهاز العصبى اللاإرادى مما يؤدى إلى نقص حركية المعدة وبالتالي بقاء الطعام فى المعدة لفترة طويلة قبل أن يذهب للأمعاء حيث يتم هضمه وامتصاصه للدم.

**ما هى الأدوية المخفضة للسكرى التى لا تؤدى إلى نقص السكر فى الدم عن المعدل الطبيعى؟**

• Metformin ميتفورمين.

• Glitazones مثل أفانديا ( Avandia ) و اکتوس

(Actos)

هذا إذا أخذت لوحدها ,اما إذا اخذت مع ادوية أخرى  
ممکن ان تؤدي مجتمعة إلى هبوط السكري .

## **كيف يمكن أن يتعامل الأهل أو الأصدقاء مع حالة انخفاض السكر في الدم؟**

تتم معالجة معظم نوبات هبوط السكر من قبل المرضى  
أنفسهم، وذلك بتناولهم السكريات السريعة الامتصاص مثل  
سكر المائدة أو الكربوهيدرات مثل العصير المحلي  
,والحلوى,والحليب, والشطائر، أو تناول وجبة إضافية أو  
رئيسية . ولا ينبغي إعطاء المريض شيكولاته أو آيس كريم  
لوجود كمية من الدهن بها تؤدي إلى ببطء حركة المعدة.

أما الحالات الشديدة لهبوط السكر في الدم التي تحول  
دون معالجة المرضى لأنفسهم، فيجب أن يبدأ علاجها  
بحقن المرضى بهرمون الجلوكاجون في العضل أو تحت  
الجلد من قبل أفراد العائلة، على أن يصار إلى نقل المريض  
إلى المستشفى فوراً لاستكمال العلاج هناك.

إذا لم يكن المريض واعياً أطلب سيارة الإسعاف فوراً ولا  
تحاول فتح فم المريض بالقوة وإعطاؤه المحاليل السكرية

بإلقائها فى فمه فقد يؤدى ذلك إلى رشف السائل إلى  
الرئتين والالتهاب الرئوى وفى المستشفى يعطى المريض  
محلول الجلوكوز بالوريد.

ولابد من أن يراجع المريض طبيبه لمعرفة سبب انخفاض  
السكر، ومحاولة تجنبه فى المستقبل.

وينصح مريض السكري بلبس قلادة طبية تبين أنه مصاب  
بالسكري حتى يسهل على أي شخص إسعافه في حالة  
الغيوبة أو أي من مضاعفات السكري الحادة.