

ویژه
تیم سلامت



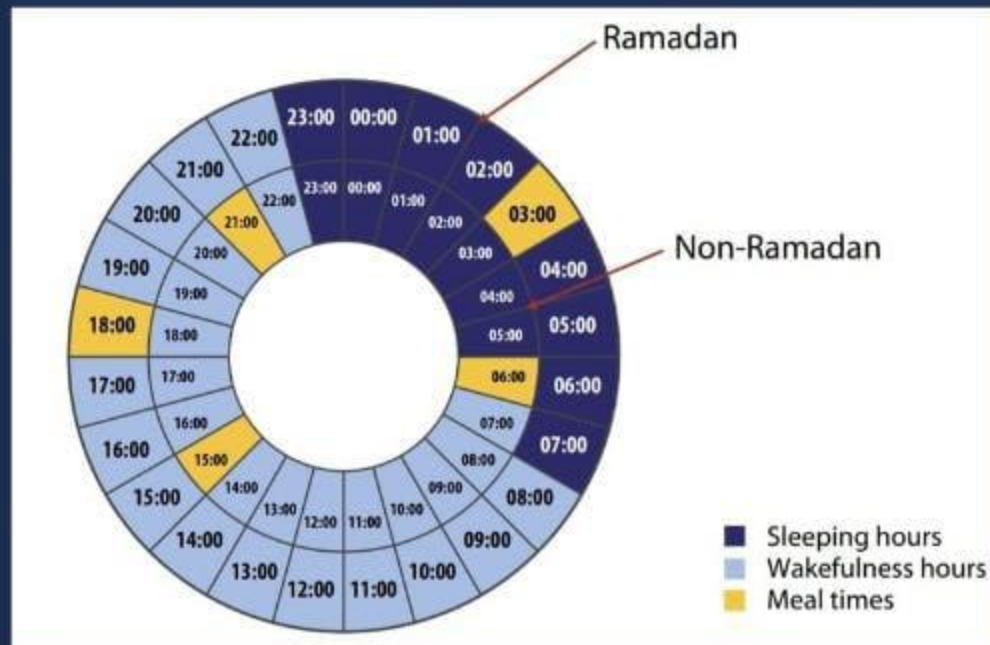
۳

دیابت و رمضان



تغییرات سبک زندگی در ماه رمضان

زمان بندی خواب شبانه تغییر می کنند و زمان غذا خوردن انسان نیز از ۳ وعده غذا در شبانه روز به دو زمان سحرگاه و بعد از اذان مغرب تغییر می کنند.



در این تصویر مقایسه ای از زمان خواب و خوراک در ماه رمضان و ماه غیررمضان را ملاحظه می نمایید



افت قند خون بیمار دیابتی در ماه رمضان

- هیپوگلیسمی بویژه قبل از افطار در بیماران دیابت نوع ۲ در ماه رمضان حدود ۸ برابر، و در دیابت نوع ۱ حدود ۵ برابر می شود.
- در دیابت نوع ۱ نقص در ترشح گلوکاگن و نوروپاتی اتونومیک و نقص پاسخ آدرنالین، افت قند خون را تشدید می نماید.
- مبتلایان دیابت نوع ۱ توصیه اکید می شود روزه نگیرند.



کم آبی شدید و لخته سازی

- دو عارضه احتمالی مهم برای بیماران دیابتی روزه دار دهیدریشن و ترومبوز است.
- هوای گرم، فعالیت زیاد، دیورز اسموتیک، کم خوردن آب باعث کم آبی و افت فشار خون می شود.
- مطالعات نشان داده انسداد ورید شبکیه در بیماران دیابتی در ماه رمضان ۲۰ درصد افزایش می یابد.

● مبتلایان دیابت بویژه نوع یک (T1DM) قبل از تصمیم به روزه داری باید با یک پزشک مشورت نمایند.

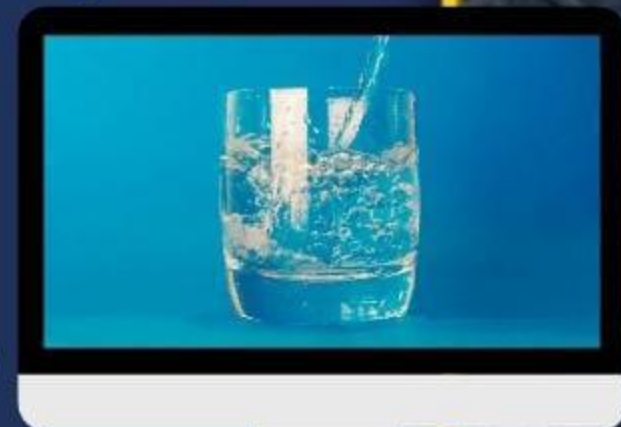
 @iecgov



iee.behdasht.gov.ir

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

دفتر آموزش و ارتقای سلامت



دسته بندی مبتلایان دیابت در ۴ گروه

مبتلایان دیابت برای روزه داری بسته به سن، بیماری‌های زمینه
ای، نوع دیابت و سابقه هیپوگلیسمی قبلی و ... به چهار گروه
تقسیم می شوند:

- کم خطر: با آموزش و احتیاط می توانند روزه بگیرند
- خطر متوسط: با آموزش و احتیاط می توانند روزه بگیرند
- پر خطر: نباید روزه بگیرند
- بسیار پر خطر: نباید روزه بگیرند

