

تعتبر الغدة الصماء صمام أمان الجسم ومراكز التحكم بكمياء جسم الانسان وطاقته وهرموناته ووظائفه الحيوية واذا عرفنا ان البنكرياس هو غدة كبيرة ادركنا اهمية الغدة في امراض السكر وغيرها من هشاشة العظام والنمو الطبيعي عند الاطفال وغير ذلك. وخلال استضافتنا للدكتور عبدالمحسن الشمري استشاري الامراض الباطنية والغدة الصماء والسكر للرد على اسئلة القراء اكد على علاقة سكر الدم بالحمل وقال: انصح مريضة السكر بعدم الحمل اذا كان فحص معدل السكر التجسسي اقل من 7٪، مشيراً الى ان مرض السكر نوعان الاول: مناعي ويصيب الصغار، والثاني يصيب الكبار، ناصحاً مريضى السكر بفحص شبكية العين والزلال بشكل دوري. وحول هشاشة العظام شدد د.الشمري على ان هذا المرض لا اعراض له ولا يؤدي الى الآلم ويكتشف عن طريق الفحص والاشعة، مشيراً الى ان نقص فيتامين «D» يؤدي الى آلام بالعضلات وعلاجه بأخذ الكالسيوم والفيتامين. واذ ان التعرض لاشعة الشمس مفيد جدا فاشعة الشمس تعطي عشرة آلاف وحدة من فيتامين «D» بينما الكبسولة تعطي خمسين ألف وحدة والإبرة تعطي ستمائة ألف وحدة. وحول نشاط الغدة الدرقية اكد ان اعراضها قلة النوم والحركة الكثيرة ورعشة في اليدين وتسارع في دقات القلب والعرق الغزير. كما تناول د.الشمري الكثير من المعلومات المهمة والمفيدة فإلى التفاصيل:

كاتب: زينب ابوسيدو

د.عبدالمحسن الشمري لـ «الانباء»: أنصح مريضة السكر

المراة المصابة بالسكر قبل الحمل؟
● أي نوع من السكر لديك الاول ام الثاني.

السكر من النوع الثاني؟
● هل تأخذين حبوباً ام ابراً؟

اتناول الإبر.
● جيد فالمرأة التي تتناول حبوباً يجب ان تحوّلها الى ابر وبمسا انك تأخذين الابر فيجب عمل فحص معدل السكر التجسسي على ألا يكون اقل من 7٪ حتى تستطيعين ان تحملي واذا لم يكن كذلك فلا انصح بالحمل بسبب احتمالية حدوث عيوب خلقية للجنين كما انه يجب عليك فحص الشبكية بالإضافة الى فحص الزلال في البول اضافة الى تناولك حمض الفوليك لمدة ثلاثة اشهر قبل الحمل.

ام يوسف: انا مريضة سكر وحدث التهاب اعصاب برجلي؟
● أي نوع من السكر لديك.

النوع الثاني وجاءني عن طريق الحمل ثلاث مرات فاستمر معي ووضعوا لي علاجاً للركب ولم يفدني فذهبت الى ألمانيا للعلاج واعطوني «سمبالتا» وكانت الجرعة عالية 120 فاستقر وضعي ووصلت معي الآن الى 60 وسؤالي: اذا حدث حمل ما البديل لسمبالتا؟
● للاسف لا يوجد بديل اثناء الحمل فعليك إيقاف السمبالتا.

والآلم لا شيء يزيله اثناء الحمل؟
● بعض الحالات تستقر اثناء الحمل ولكن اذا اوقفت الدواء احتمال ان يعاودك الآلم ولا نستطيع ان نعطي دواء اخر للاعصاب فما نستطيع فعله هو تضيق السكر والعناية بالقدم.

ام محمد: كان عندي تكيس بالمبايض واخذت حبوب منع الحمل لمدة ثلاث شهور وانتهي التكيس والدورة منتظمة ولكن لم يحدث معي حمل.
● هل فحصت الهرمونات الاخرى؟
لم افحصها ولكن كنت اخذ حبوب منع الحمل منذ ثلاث سنوات.
● ثلاث سنوات ليس شرطاً ان تمنع الحمل فمتى قطعت الحبوب؟

متى عام تقريبا.
● هل لديك شعر غير طبيعي في جسمك او حب شباب؟

لا يوجد.
● انصحك بعمل فحص هرمونات كامل فتحتاجين فحص هرمون الحليب وهرمون الغدة الدرقية مع الأجسام المضادة لها وفحوصات هرمونات الانوثة وهرمونات الذكورة فتكيس المبايض ربما هو احد اسباب عدم الانجاب.

من السكر الى الجلطة
علي: عائلتنا مصابة بالسكر المرتفع من النوع الثاني فقد اصيب والدي بجلطة في المخ وكنا نعطيه انسولين في آخر عمره وانا اصبح لدي سكر منخفض فعند قيامي من النوم اشعر بزغلة ورعشة خفيفة وعندما اتناول اي نوع من الحلوى اشعر بارتياح وليس لدي سكر.
● احتمالاً لديك هبوط بالسكر وعندما تأتيك اعراض الهبوط افحص السكر قبل ان تأكل.

الدايت الموجود بالجمعيات من المشروبات والمواد



د.عبدالمحسن الشمري استشاري الامراض الباطنية والغدة الصماء والسكر (حسن حسيني)

ويوصل مباشرة به ويعطي الانسولين على مدار الساعة. بالنسبة للعلاج فهناك زراعة البنكرياس التي ادت الى نتائج جيدة لكن زراعته هو زراعة عضو كامل ولا يجري الا اذا كان هناك فشل عضو آخر كفشل الكلى مثلاً فعندما تزرع الكلية يزرع البنكرياس في الوقت نفسه ونصحتني بزرعها في اخذ الابر على ان تسيري على طريقته بالشكل الصحيح.

امراض القولون والمعدة
هل هناك امل في

هذا غير صحيح فالنوع الاول من السكر كمرض مناعي تصاحبه امراض مناعية اخرى احدهما خمول او حتى نشاط الغدة.

اسمع ان هناك عمليات حديثة لمرض السكر منهم من يضع مضخة او يأخذون من الحبل السري للطفل مادة معينة يزرعونها في النخاع الشوكي فهل تنصح باجراء تلك العمليات؟

بالنسبة لمضخة الانسولين فهي ليست عملية جراحية فالجهاز يوضع خارج الجسم

أم علي: ما اعراض هشاشة العظام؟ وكيف تعالج؟

● عادة هشاشة العظام ليس لها أي اعراض فلا تسبب آلاماً ولا يشعر المريض او المريضة بأي شيء وتكتشف عن طريق اجراء فحص دوري وهناك اشعة معينة للهشاشة وعلى اساسها يمكن تشخيص الحالة والهشاشة لا تسبب آلاماً الا في حالة واحدة وهي وجود كسر في العظم فاحتمال ان يكون هناك كسر بالفقرات يؤدي الى آلام بالظهر.

هل لها علاقة بتشنجات العضلات؟

● تشنجات العضلات ليس لها علاقة بالهشاشة، احتمال ان يكون هناك نقص فيتامين «D» الذي يؤدي الى آلام بالعضلات والتشنجات او الآلم بالعظم ما يؤدي الى هذه الاعراض، بالنسبة للعلاج يجب اجراء التشخيص اولاً، واذا وجد الطبيب المعالج ان هناك هشاشة عظام فعليه ان يجري فحوصات معينة للتأكد من ان الهشاشة سببها اولياً وليس سبباً ثانياً بمعنى انه ليس هناك مشكلة في زيادة هرمون الغدة جارة الدرقية او ان المريض لا يأخذ كورتيزون او نقص هرمونات معينة في عمر صغير او امراض التهابات معينة فكل هذه يمكن ان تؤدي الى هشاشة عظام وعلى الطبيب ان يعطي كالسيوم مع فيتامين «D» بكمية جيدة باعتبار ان الشخص يحتاج الى 1000-1500 ملجم من الكالسيوم ويحتاج على الاقل 1000 وحدة من فيتامين «D» يوميا وكذلك هناك ادوية معينة للهشاشة تعطي على اساس الحالة منها حبوب يومية او اسبوعية او شهرية او كل ثلاثة شهور، وهناك ابر تعطي شهرية وكل ثلاثة اشهر او سنوية.

سكر وكوليسترول

أم سعد: زوجي لديه سكر ولم يأخذ علاجاً فذهب الى الطبيب فوجد لديه الدهون عالية.. والسكر عال 22 فاعطاه ابرة الانسولين ولاول مرة يأخذها واعطاه ابرة فيتامين «D» فقد كان منخفضاً 38 واعطاه ادوية للكوليسترول فسؤالي ما افضل دواء بالنسبة للدهون؟

● «الكستور» ممتاز ويعتبر من افضل الادوية الموجودة بالسوق ولكن تناول هذه الادوية يحتاج متابعة لارتفاع الكبد وانزيم العضلات.

هبة: عمري 23 عاماً وقد اصبت بخمول في الغدة الدرقية قبل اربع سنوات.. وقبل اربعة اشهر اصبت بالسكر من النوع الاول وفي الشهر الاول تناولت حبوب كلوكوفاج وفي الثلاثة اشهر بعدها اعطوني ابر الانسولين فأريد ان اعرف هل خمول الغدة الدرقية هو الذي ادى الى اصابتي بالسكر اي هل هناك علاقة بينهما؟

● عادة النوع الاول من السكر يعتبر مرضاً مناعياً اي ان هناك اجساماً مضادة داخل الجسم تفرز وتذهب الى عضو من اعضاء الجسم لتؤثر على نشاطه وربما تذهب الى الغدة الدرقية وتصيبها بالتهاب وتعطل وظيفتها ما يؤدي الى خمول وربما تذهب للبنكرياس وتؤدي الى فشل الخلايا التي تفرز الانسولين ما يؤدي الى مرض السكر، لذلك يجب اجراء فحص الغدة الدرقية سنوياً وعن سؤالك بان الغدة الدرقية سبب اصابتك بالسكر فالاجابة لا وأما وجود علاقة بينهما فنعم لان النوع الاول من السكر يحدث ان يكون معه امراض مناعية اخرى منها خمول الغدة الدرقية.

الغدة الدرقية

لقد سمعت ان المصابين بالغدة الدرقية هم اكثر عرضة لمرض السكر؟



ضيفنا في سطور

د.عبدالمحسن الشمري حاصل على البورد الأميركي والبورد الكندي للأمراض الباطنية والغدة الصماء وقد تخرج في كلية الطب - جامعة الكويت ثم التحق بجامعة تورنتو في كندا المدينة التي اكتشف بها الانسولين لاتمام دراسته العليا لمدة ست سنوات.

د.عبدالمحسن منصف كمدرس اكاديمي بعد ان حصل على زمالة في التعليم الاكاديمي من جامعة تورنتو ولديه خبرة كبيرة في علاج وابحاث مشاكل الغدة الصماء والسكر في فترة الحمل وايضا في مشاكل ارتفاع الدهون والكوليسترول.

د.عبدالمحسن لديه خبرة كبيرة في علاج مشاكل الغدة الصماء ومشاكل الدهون، هشاشة العظام، نقص فيتامين «D»، المشاكل الجنسية والمعاينة قبل الحمل لحدوث حمل طبيعي من دون مشاكل.

وايضا يقوم بعلاج متلازمة تكيس المبايض وعدم انتظام الدورة الشهرية ومتخصص بعلاج جميع حالات السكر خاصة الحالات الصعبة التي يصعب التحكم بها خاصة في فترة الحمل وايضا متخصص في تركيب مضخة الانسولين حسب طرق العلاج العالمية.

وقد شارك في معرض البحرين لتقنية المعلومات وفي منتدى البحرين الدولي للحكومة الالكترونية في عام 2011.

موقع إلكتروني للسكر

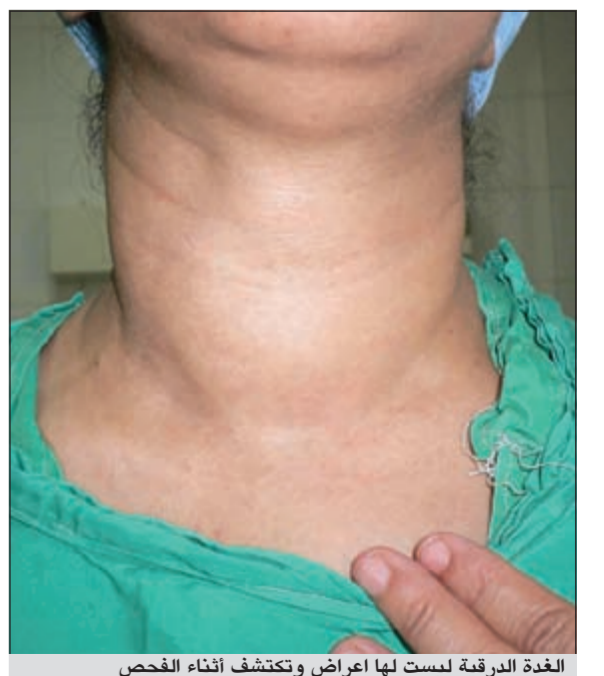
اشار د.الشمري الى انه اسس موقع الفريق الكويتي للسكر مع مجموعة من اطباء الكويتيين في مجال السكر ومضاعفاته وأخصائي وأخصائيات التغذية، موضحاً ان هذا الموقع طوعي ووفر علينا كثيراً من الجهد من حيث تثقيف المرضى بامراض السكر وكيفية حقن الابر واعراض الهبوط واعراض الارتفاع وطريقة الأكل بحصول المريض على المعلومات مجاناً، بعد تسجيله بالموقع ويكون له ملف خاص به لا تستطيع الدول عليه باعتباره سرياً وهناك ما يقارب 350 مريضاً مسجلين من الكويت والخليج ومن العالم العربي من فلسطين وسورية ومصر وقطر والسعودية وعمان وكذلك الامارات والهند وهو باللغة العربية وباللغة الانجليزية وقد حصل الموقع في عام 2010 على جائزة الكويت الالكترونية حائزاً المركز الاول بالمجال الصحي عن طريق مؤسسة الكويت للتقدم العلمي الذي تقدم مسابقة عالمية من خلال الامم المتحدة وقد كرّمنا صاحب السمو الامير اما زائر الموقع فقد تجاوزوا الـ 111 ألف زائر خلال عامين منذ تأسيسه.

هشاشة العظام ليست لها أعراض ولا تؤدي لآلم وتكتشف عن طريق أشعة الهشاشة

نقص فيتامين «D» يؤدي إلى آلام بالعضلات وبالغدة الصماء وعلاجه بأخذ حبوب أسبوعية أو ابر شهرية

مريض السكر يحتاج إلى فحص الشبكية والزلال والوصول إلى معدلات طبيعية للسكر

أنصح المرضى بمطالعة المعلومات الغذائية المكتوبة على المنتجات قبل شرائها



الغدة الدرقية ليست لها اعراض وتكتشف أثناء الفحص



المراة المصابة بالسكر عليها ان تفحص السكر قبل الحمل تجنباً لتشوهات الجنين

خمول الغدة الدرقية يصاحبه شعور بالتعب الجسماني وزيادة في النوم وقلة نشاط.. وتساقط في الشعر



«الكريستول» من أفضل أدوية الدهون ولكن تناوله يحتاج متابعة لأنزيمات الكبد وإنزيم العضلات

النوع الأول من السكر يعتبر مرضاً مناعياً لذلك يجب إجراء فحص الغدة الدرقية سنوياً

بعد الحمل إذا كان معدل السكر التجسسي أكثر من 7٪

الغذائية هل هو صحيح؟
● هناك مواد تعتبر دابت كالمشروبات الغازية الخالية من السكر وهناك مأكولات تكون فيها كمية الدهون قليلة ولكن ليس معنى ذلك ان يتناولها مريض السكر لان المنتج المكتوب عليه دابت وبصاحبه بسكوت يكون به نشويات وكذلك العصير المكتوب عليه انه خال من السكر صحيح انه من دون سكر اضافي ولكنه يشتمل على السكر لانه عصير لذلك انصح المرضى بان يطالعون المعلومات الغذائية الموجودة على العلبة.

نورة: أريد ان اسأل عن نقص فيتامين «D» في الجسم وكيفية علاجه؟
● اهم سبب لنقص فيتامين «D» هو عدم التعرض للشمس رغم ان الكويت من اكثر دول العالم حرارة وطريقة العلاج هي تعريض الجلد مباشرة للشمس من خمس الى عشرة دقائق وعندما يشعر الشخص ان جلده بدأ يحترق معناه انه حصل على كفايته من فيتامين «D» وهي عشرة الاف وحدة منه اما العلاج الاخر فهو عبارة عن طريقين تناول الحبوب بتركيز خمسون الف وحدة تعطى حبة اسبوعياً او حبتان اذا نزل المعدل كثيراً او اخذ ابر بتركيز 600 الف وحدة تعطى شهرياً لمدة ثلاثة شهور، ثم اعادة الفحص ثانية وهناك اطعمة معينة تحتوي على فيتامين «D» كبعض الاسماك مثل السلمون والسردين والتونة وكذلك الكبد ولكنها تحتوي على كميات بسيطة تقارب 200 وحدة بينما الشمس تعطى عشرة آلاف وحدة والحبة تعطى خمسين الف وحدة والابر تعطى 600 الف وحدة ويعد رفع مستوى فيتامين «D» نعتي علاجاً للحفاظ على معدل الفيتامين حتى لا يهبط مرة اخرى فاما ان نعتي ابرة كل ستة شهور او نعتي حبة كل شهر او شهريين على حسب المعدل الموجود.



على مريض السكر إجراء فحوصات دورية تحسباً للمضاعفات



د.عبدالحسن الشمري متحدثاً للزميلة زينب ابوسيدو

ايهما افضل الابر ام الحبوب؟

● الانسان لهما نفس التأثير ولكن افضل الحبوب اكثر لانها غير مؤلمة اما الابر فكلها دهنية تؤلم الشخص لانها تؤخذ بالعضل.

علاج الكوليسترول

علي الخياط: أريد ان اسأل عن فحص الكوليسترول وكيفية علاجه؟

● لفحص الكوليسترول يجب ان تكون صائماً لمدة 12 ساعة الى 14 ساعة وهناك اربعة فحوصات يجب ان تجرى وهي: الكوليسترول الكامل والدهون الثلاثية والدهون النافعة والدهون الضارة اما مشاكله فاما ان يكون الشخص لديه زيادة في الكوليسترول مع الدهون الضارة فقط اولديه خليط من زيادة الكوليسترول والدهون الضارة مع الدهون الثلاثية او زيادة الدهون الثلاثية فقط او لديه نقص في الدهون النافعة وكل نوع له سبب معين، وله علاج معين.

هل للكوليسترول اعراض معينة ام يتضح فقط في الفحص؟

● الكوليسترول الضار زيادته ليست لها اعراض ونحن نعالجه لمنع تصلب الشرايين او جلطات القلب او جلطات بالراس او تصلب شرايين الرجل وهذه تتضح بالفحص، اما الدهون الثلاثية اذا كانت زائدة جدا قد تسبب طفح جلدي بالجسم او التهابات بالبنكرياس فيحتاج المريض عناية مركزة في بعض الحالات فذلك يعتمد على مشكلة الكوليسترول واعراض المريض ويعتمد على سبب او نوع مشكلة الكوليسترول.

اعراض الغدة الدرقية

ام عبدالعزيز: ما اعراض

الغدة الدرقية؟
● احببنا خمول الغدة الدرقية لا تكون له اعراض وتكتشف عن طريق الفحص واحتمال ان يصاب الشخص بتعب عام في الجسم او زيادة في النوم وقلة نشاط، وهناك من يشتكي من تساقط الشعر او جفاف في الجلد او اضطراب في الدورة الشهرية او الاصابة بالامساك ببعض المرضى يشعرون بالبرودة سريعاً ويتجهون الى الجو الحار، اما اعراض نشاط الغدة الدرقية فيكون على العكس من ذلك فالمرضى لا يستطيعون ان يجلسوا على الكراسي كثيراً من فرط نشاطه ويصيبه قلة نوم ويتحرك كثيراً وتصيبه رعشة باليد وتكون دقات قلبه سريعة او يعرق بشكل كبير ومنهم من يشعر بحرارة ويلجأ للجو البارد واحتمال ان يحدث معه جحوظ بالعين، او اسهال او اضطراب في الدورة الشهرية وتكون كمية الدم قليلة جدا مع نشاط الغدة الدرقية.
كيف يكون علاج خمول ونشاط الغدة؟
● علاج خمول الغدة هو اعطاء حبة الغدة، اما علاج نشاطها



الأم الركبتيين بسبب خشونة او مشكلة بالغضروف

ان هناك مشكلة بالغضروف واذا لم تكن لديك مشكلة بالمعدة فانك تستطيع ان تاخذ اي مسكن للمفاصل في البداية لترى مدى استجابتك للعلاج.

لدي سؤال آخر نحن بشكل عام بالاعمال المكتبية نجلس لساعات طويلة امام الكمبيوتر فنصاب بالآلام بالرقبة فهل هناك نصائح معينة لتلافي ذلك؟

● عندما تجلس على الكرسي اجعل ظهرك مستقيماً والرقبة ايضا مستقيمة ولا تحركها فجأة وبامكانك ان تجري تمارين معينة كتماسح بسيط للرقبة وحاول ان تحمل اوزاناً ثقيلة فجأة، لان ذلك يضر بالظهر ويغضاريف الرقبة.

خالد: كنت اشكو من صداع مستمر وتضخم في اطراف الجسم فرجلي حجمها كبير ورأسي حجمه كبير واصابع اليدين كذلك كبيرة ولساني كبير؟
● الزيادة في الحجم متى بدأت معك؟

اكتشفت ذلك منذ عام 2006.

● ماذا عن حجم الحذاء هل وجدت فرقاً عن ذي قبل؟

نعم فهو يزيد كل عام.
● هل كنت تلبس خاتماً؟

نعم واصبح ضيقاً على اصبعي.
● هل اجريت اشعة؟

نعم اجريت اشعة رنين مغناطيسي ثماني مرات وقالوا ان لدي ورم في الفص الامامي من الغدة النخامية وان هرمون النمو طبيعي وحولوني الى اخصائي مخ واعصاب ثم الى بروفيسور زائر، فقال يجب ان اجري عملية استئصال وعندما ارادوا اجراء العملية وجدوا ان لدي مشكلة في الدم واعطوني ابرا يسعر 850 ديناراً استخدمتها وتحسنت عليها فخفف الصداع وزالت التهابات المفاصل التي كنت اعاني منها وبعد ستة اشهر من انتهاء الابر عادت الالام واجريت اشعة «الام.آر.آي» فوجدوا ان الورم مازال موجوداً وعندما ياتيني الصداع تنتفخ عيوني وتصيبني حرارة داخلية.

● اعراضك هي اعراض زيادة هرمون النمو وحالتك تحتاج تقييم جيد فيجب ان ارى الحالة وافحصها فهذه حالات معقدة وليست سهلة وعادة مناقشتها مع اطباء خارج الكويت عبر الاليميل وعلى اساسها تاخذ قرار العلاج؟

ازالة الغدة الدرقية فوز: هل ازالة الغدة الدرقية كلياً يؤثر على الشخص مستقبلاً.
● ما السبب في ازلتها؟

بسبب ورم حميد، بقياس 2 سم على حسب قرار الدكتور لانه توقع ان تصبح الثانية مثلها وتمت العملية منذ اربع سنوات فتأثر الكوليسترول والسكر واستخدمت حبة مدى الحياة بديلاً لهذه الغدة.

● ازالة الغدة الدرقية ليس لها اي تأثير اذا كنت تأخذين الحبة باستمرار والجرعة ثابتة وجيدة ومعدل الغدة ممتاز والسكر ليس له علاقة بالغدة الدرقية وليس للضغط ايضاً علاقة بالغدة الدرقية وتحتاجين لفحص دوري للغدة كل ستة اسابيع وتستطيعين ان تمارسي حياتك بشكل طبيعي.

أنواع مرض السكر

أكد د.عبدالحسن الشمري على ان هناك فرقاً بين النوع الأول والنوع الثاني من السكر قائلاً ان النوع الاول يكون بسبب فشل البنكرياس ما يؤدي الى ان الشخص يحتاج الى انسولين كامل طوال عمره اضافة الى انه اذا اوقف الانسولين لاي سبب فهناك احتمال دخوله في مشاكل كالتسمم الحمضي او حموضة في الدم وهو يصيب الصغار في السن وعادة ياتي فجأة فالاعراض تبدأ من اسبوعين الى اربعة اسابيع ويكون هناك نقص في الوزن والذهاب الى الحمام كثيراً.

أما النوع الثاني فهو يصيب الكبار بالسن وهو اكثر شيوعاً ويعالج بتناول الحبوب او باخذ ابر الانسولين أو تناول الحبوب والانسولين معا وقد يصيب الشخص لعدة سنوات وهو لا يدري ولا يؤدي الى مضاعفات حادة كالتسمم الحمضي كالنوع الاول وحسب الدراسات العالمية هناك 20٪ من مرضى النوع الثاني من السكر ياتون عند حدوث مضاعفات السكر المزمنة عند التشخيص كمشكلة الشبكية في العين او مشكلة القلب وكذلك مشكلة الكلى كذلك ياتون مع مشكلة الاعصاب الطرفية.

النوع الاول يعالج عن طريق الانسولين ونظام غذائي وبكميات معينة اما النوع الثاني فعن طريق اقرص خافضة للسكر فهناك اقرص كلوكوفاج التي لا تؤدي الى زيادة الوزن بل ينقص الوزن من 2 كيلو الى 4 حسب الدراسات العالمية وهناك نوع ثان مثل Doanil Diamicon او Amaryl او Minidiab هذه الحبوب تفرز الانسولين واحتمال ان تسبب هبوطاً للشخص واحتمال تزيد الوزن وهناك حبوب اخرى موجودة بالسوق وهي januvia او galvus تعمل على افرز احد البروتينات بالجسم وتؤدي الى تقليل الشهية وتساعد على الاشباع وتؤدي الى تقليل السكر من دون هبوط فهذه الانواع الثلاثة هي الموجودة للنوع الثاني من السكر ويمكن خلط الثلاثة انواع من الحبوب معا اضافة الى اعطاء ابرة ليلا.

ويجب على كل مريض سكر اجراء فحوصات دورية عن طريق فحص السكر التجسسي «H6A1C» كل ثلاثة شهور ليتابع السكر ويمكنه قياس السكر في المنزل ايضاً ويجري فحصاً للكوليسترول والضغط ويفحص شبكية العين سنوياً ويفحص الزلال الدقيق بالبول وكذلك يفحص القدم كل عام للتأكد من عدم وجود جروح.

تعطي الشمس عشرة آلاف وحدة والكبسولة خمسين ألفاً والإبرة ستمائة ألف من فيتامين «D»

اعراض نشاط الغدة.. قلة النوم والحركة الكثيرة ورعشة باليد.. ودقات قلب سريعة.. وعرق غزير

تكيس المبايض قد يسبب عدم الإنجاب وأيضاً يجب فحص هرمون الحليب وهرمون الغدة الدرقية

لتلافي آلام الرقبة.. يجب الجلوس والظهر مستقيماً مع إجراء تمارين بسيطة لها



النوع الأول من السكر يصاحبه امراض مناعية اخرى