

أحد أكثر الأمراض شيوعاً في الكويت، مرض السكري وحسب آخر الدراسات في هذا المجال فإن 21% من الكويتيين مصابون بالسكري وهي نسبة عالية جداً تكبد الدولة والمجتمع خسارة الكثير من الطاقات البشرية والمالية. «الانباء» التقت د.سامر العلي المدير الطبي لشركة MSD العالمية والرائدة في إنتاج العقاقير الطبية، للأمراض المستعصية والمزمنة، ومنها مرض السكري، والكوليسترول وضغط الدم، وغيرها للوقوف على آخر المستجدات في علاج مرض السكري، فأكد ان عقار Juvicor هو الأحدث في علاج السكري والكوليسترول معا وهو ناتج عن دمج لدوائين فعالين هما جانوفيا وسيمفاستاتين Zocor. وأوضح د.علي ان مرض السكري من النوع الثاني هو الأكثر خطورة لأنه يصيب صغار السن ويتراقف عادة مع ارتفاع في نسبة الدهون لدى المرضى ما يجعلهم عرضة للإصابة بأمراض الشرايين والقلب. وشدد د.علي على أهمية الحركة والرياضة لمرضى السكري لأنها تساهم في تحسين الصحة العامة وتقليل نسبة الأمراض الأخرى. كما نصح بتغيير نمط الحياة بهدف التحكم بالسكري والكوليسترول وضبط ضغط الدم. ونصح العلي بإجراء فحص نسبة الجلوكوز بالدم باستمرار وفي حال كان مرتفعاً ولو قليلاً على الشخص مراجعة طبيبه لأخذ النصيحة، كما تطرق د.علي الى الكثير مما يهم مرضى السكري والكوليسترول والأمراض المزمنة فإلى التفاصيل:

كاتب: زينب ابوسيدو

د.سامر العلي لـ «الانباء»: الكويت ثالث دولة بالعالم

والدوائر الصحية وشركات الأدوية بزيادة التوعية للوصول للمريض قبل تشخيصه بأنه مريض سكري، فحملات التوعية تحت المريض على ممارسة الرياضة وتناول الغذاء السليم لتخفيف نسبة حدوث مرض السكري أو تقليل المدة التي يصل فيها المريض إلى مرحلة ما قبل السكري إلى مرحلة السكري وعلينا البحث في العوارض التي تسهل لنا الوصول إلى مرض السكري فيحتمل أن تكون هناك أسباب وراثية إذا كان الأهل لديهم هذا المرض، ربما تزيد من احتمال الإصابة بالسكري.

قناعة وإرادة

فهؤلاء نعطيهم توعية أكثر بأن جعلهم يهتمون بصحتهم ويهتمون بإجراء الفحوصات اللازمة عند الأطباء المختصين، ليشرحوا في وقت مبكر أكثر قبل أن يهمل المريض نفسه ويشخص في دائرة المرض، وهناك مرضى يعيشون حياة غير صحية أي لا يمارسون الرياضة ويدخنون، لا ياكلون طعاماً صحياً، فهؤلاء لديهم نسبة حدوث السكري بصورة اعلى ويحتاجون إلى توعية بايقاف التدخين وتحسين النظام الغذائي ويمارسون الرياضة وكل ذلك يعتمد على المريض الذي يملك القناعة والإرادة وللأسف الإرادة في مجتمع الشرق الأوسط صعبة كثيراً لدى المرضى.

ما أنواع السكري وأبها أكثر خطورة؟

● هناك سكري من النوع الأول وسكري من النوع الثاني، والسكري الذي يحدث أثناء فترة الحمل.

أكثرهم شيوعاً هو مرض السكري من النوع الثاني، أما النوع الأول فيحدث لأسباب وراثية أو أمراض جينية وعلاجه بالانسولين، فإذا أخذ المريض الأنسولين بانتظام يستطيع ان يمارس حياته الطبيعية، أما مرضى السكري من النوع الثاني فهو الأكثر خطورة لأن انتشار المرض يزيد ويحدث في عمر أقل مما كنا نراه سابقاً، فقد كان مريض السكري من النوع الثاني يشخص بعمر اواخر الثلاثينيات أو الأربعينيات، أما اليوم فيشخص مريض النوع الثاني في عمر 15 أو 16 عاماً، فأصبح يصيب الأجيال الصغيرة وليست الأجيال الكبيرة فنزيد خطورتهم.

إجراء الفحوصات بانتظام

لذلك يجب التوعية الصحية وإجراء فحوصات بانتظام حتى إذا ما أصبح هناك زيادة في نسبة السكر يستطيع المريض ان يتناول العلاجات أو التدابير الصحية اللازمة للتخفيف من نسبة حدوث المرض أو تصاعده أو تصاعد العوارض الجانبية له.

ما تأثير السكري على القلب؟



د.سامر العلي مدير عام القطاع الطبي بمنطقة الشرق الأوسط لشركة MSD

الدواءين معا، بعلاج اسمه Juvicor يتضمن جانوفيا و Zocor، بدلاً من أخذ حبتين بأخذ المريض حبة واحدة تساعد على تخفيض مستوى السكري ومستوى الكوليسترول. وبالطبع تمت تجارب عديدة على جانوفيا، وتجارب أكثر على Zocor منذ عام 1980 وأجرينا دراسة عليهما لنرى مدى تفاعلهما معا وكانت النتيجة إيجابية ومع عدم وجود عوارض جانبية وعلى أساس ذلك سجل هذا الدواء في أميركا، وسجل في الكويت، وسجل بالإمارات ومن دون هذه الدراسات لا يسجل الدواء عالمياً.

هل يمكن الوقاية من مرض السكري قبل الإصابة به؟

● سؤال صعب جداً، ومهم جداً، وعموماً تقوم وزارات الصحة

دمجاً لدواءين أحدهما موجود بالسوق وهو جانوفيا المنبسط لإنزيم DPP-4 وهو متواجد بالأسواق منذ عام 2006، وقد سجل بأمركا، ويعدها بعام أو أقل سجل في الكويت ودول الشرق الأوسط ودول العالم، وهناك 31 مليون مريض بالسكري يتناولون دواء جانوفيا في أميركا والعلاج الثاني هو سيمفاستاتين Zocor الذي يخفف مستوى الكوليسترول بالدم وهذا موجود بالأسواق منذ الثمانينيات عندما ظهرت المشكلة بتزايد نسبة مرضى السكري وهي من العوارض المؤدية للقلب وشرايين القلب.

دواءان في دواء واحد

وهنا يجب أن نعطي دواء للسكري ودواء للكوليسترول لذلك رأيت الشركة أن تدمج

آخر، فهذه مستقبلاً تؤثر في المريض لأن العوارض الجانبية تزيد إذا لم يأخذ العلاج المناسب وهنا نشجع المريض على تناول الدواء بانتظام. وهناك مرضى لا يحبون أن يتناولوا العلاج، ربما لعدم حصولهم على الوعي الكافي أو ربما يخشون من العوارض الجانبية لهذا المرض أو هذا العلاج أو ربما من التكلفة فتواجه هذا الدواء Juvicor يزيد من التوعية، والندوات الطبية وحملات التوعية تؤثر في التكلفة وتكلفة Juvicor تساوي تكلفة جانوفيا فلا يوجد تكلفة على المريض.

ذكرت عقار Juvicor فما هو؟

● عقار Juvicor هو عقار جديد متواجد الآن في الكويت والإمارات وأميركا وهو يعتبر

هل يمكن اللقاء الضوء على MSD في منطقة الخليج؟

● شركة MSD بدأت في الخليج منذ 35 عاماً، نوزع الأدوية عن طريق شركاتها من خلال مستودعات فهناك تقريباً 60 موظفاً يعملون بشركة MSD في دول الخليج ولدينا مكاتب في الكويت والإمارات، وعمان وقطر والبحرين.

ونقوم بإجراء دراسات وأبحاث في دول الخليج مع عقارات الأدوية التي تجلبها إلى هذه الدول، والتي تكون مسجلة مسبقاً إما بأوروبا أو أميركا.

لماذا تركزون على السكري وعلاقته بأمراض شرايين القلب؟

● تزايد نسبة السكري بالعالم خاصة السكري من النوع الثاني، فقد تم تشخيص نحو 366 مليون حالة بالعالم ما يقدر بـ 10% من الأشخاص البالغين.

والمصابون بالسكري من النوع الثاني في الشرق الأوسط وأفريقيا، يصل عددهم إلى 36 مليون حالة وقطعا هذه أعداد كبيرة، لذلك نهتم نحن كشركة أدوية بزيادة التوعية قدر المستطاع، لمحاولة التقليل من نسبة تزايد هذا المرض فمضاعفاته هو تأثيرها على القلب والشرايين لأنه كما نعرف أن نسبة زيادة السكر في الدم لها تأثيرات جانبية مستقبلاً على النظر والقدمين والقلب، وكذلك الكلى ولكننا نهتم بالقلب لأن السبب الرئيسي لموت مريض السكري من النوع الثاني هو المضاعفات التي تحدث في القلب وعلى الشرايين لأن مريض السكري لديه نسبة دهون متزايدة وهي ذات حجم قليل، تتراكم على الشرايين، وتكون الواحاً متصلبة وتقلل من حجم الشرايين فيصغر فتقلل من نسبة وصول الدم إلى القلب فتؤدي إلى جلطات وسكتات قلبية لمريض السكري من النوع الثاني.

علاج جديد

من المهم ان تزيد هذه التوعية كشركة أدوية وأن توفر علاجاً لمساعدة المريض على خفض نسبة السكري وخفض نسبة الكوليسترول في الدم، لذلك طرحنا العلاج الجديد Juvicor مع دواء جانوفيا ودواء سيمفاستاتين Zocor الذي يخفف مستوى الكوليسترول في الدم فالسواء الواحد الذي يؤخر على مريض يساعد المريض على تناوله بحبة واحدة بدلاً من حبتين لذلك يجعل المريض يهتم أكثر بمرض السكري والكوليسترول لأن هناك دراسات كثيرة أثبتت أن المريض ربما يهتم بمرض ويهمل

ضيفنا في سطر

انضم سامر العلي لشركة MSD عام 1999، ويشغل حالياً منصب مدير عام القطاع الطبي في منطقة الشرق الأوسط منذ 2010، وقبل ان يترقى إلى هذا المنصب، عمل العلي طبيباً مساعداً في مقر الشركة بمدينة نيو جيرسي الأميركية.

يتمتع سامر بخبرة تتجاوز الـ 12 عاماً في مجال المستحضرات الطبية، مع معرفة واسعة بالأبحاث الكليينكية والإجراءات القانونية لتسجيل العقاقير واعتمادها وبروتوكولات العقاقير على المستوى العالمي، وبرامج المراقبة الطبية.

انضم العلي للشركة بوظيفة مندوب طبي بدولة الامارات العربية المتحدة، قبل ان يترقى في السلم الوظيفي، ليشغل منصب مدير القطاع الطبي والأبحاث بالامارات عام 2006، حيث كان مسؤولاً عن الاشراف على الأبحاث الكليينكية والإجراءات القانونية والتنظيمية، والتعرف على الآثار الجانبية للعقاقير.

وفي 2008 تمت ترقية العلي لمنصب المدير الطبي للعلامات التجارية في منطقة الشرق الأوسط.

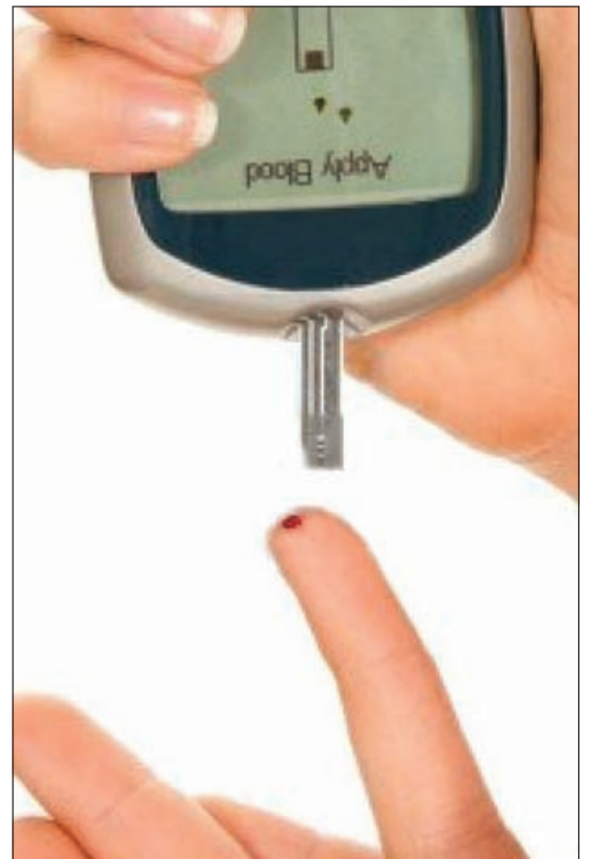
سامر العلي ممارساً عاماً لمهنة الطب، وحصل على رخصته المهنية من الامارات العربية المتحدة عام 2003.

Juvicor هو عقار جديد موجود في الكويت والإمارات وأميركا فقط وهو دمج لدوائين فعالين

أكثر أنواع السكري شيوعاً وأكثرها خطورة النوع الثاني لأنه يصيب الأجيال الصغيرة

مرضى السكري من النوع الثاني أكثر عرضة لأمراض الشرايين والقلب لارتفاع نسبة الدهون لديهم

مرض السكري في الكويت



تحتل الكويت المرتبة الثالثة عالمياً من حيث معدلات انتشار مرض السكري، حيث تبلغ تلك النسبة 20% من إجمالي عدد السكان البالغين في الكويت، وذلك طبقاً لارقام الاتحاد العالمي للسكري، وتشير ارقام الاتحاد الى أن هناك 298000 مريض سكري في الكويت تم تشخيص حالتهم بالفعل، بالإضافة إلى 121000 حالة تعاني من المرض، لكن لم يتم تشخيصها حتى الآن.

ويحلول عام 2030 ومع استمرار زيادة معدلات الإصابة بالمرض على وضعها الحالي، فإنه من المتوقع ان يبلغ عدد مرضى السكري في الكويت 698000 حالة، وعلى الرغم من ارتفاع نفقات الرعاية الصحية في المنطقة والتي تبلغ 1336 دولاراً لكل حالة سنوياً، إلا أن هناك 800 مريض توفوا نتيجة مضاعفات السكري خلال عام 2011 فقط.



د.سامر العلي يتحدث للزميلة زينب ابوسيدو



تناول الغذاء السليم يقي مريض السكري من مضاعفات المرض

بدأت شركة MSD في الخليج منذ 35 عاماً ولديها مكاتب في الكويت وأغلب دول الخليج



نصح كل شخص بفحص نسبة الجلوكوز في الدم فإذا كان مرتفعاً قليلاً فعليه إخبار طبيبه لأخذ النصيحة

تغيير نمط الحياة مفيد للتحكم في السكري والكوليسترول ويؤدي إلى ضبط الضغط ونسبة السكر والدهون

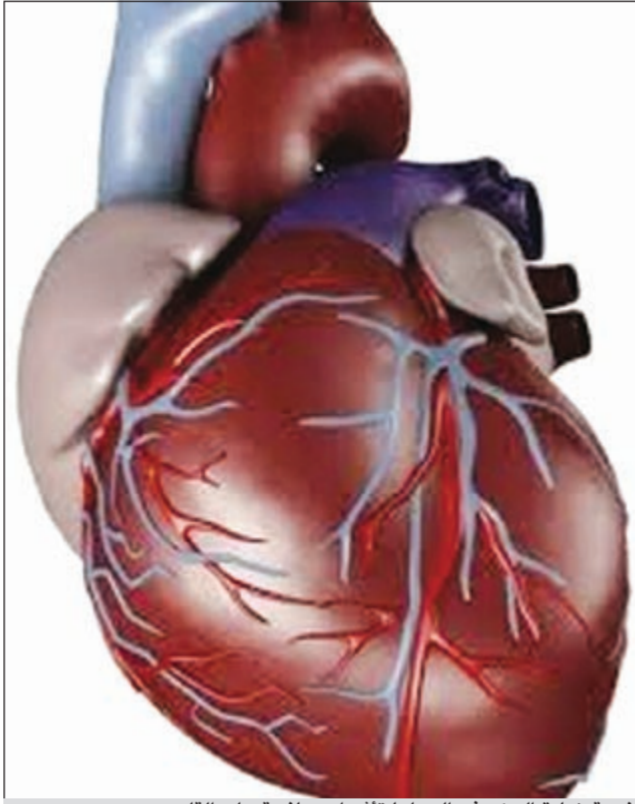


في انتشار السكري و21% من سكانها مصابون به

● كما قلنا ان السكر بالدم يتزايد، ويؤثر على الشرايين بالقلب، فهناك نسبة دهون بالدم وهناك نسب لضخامة الدهون وهناك دهون صغيرة ودهون كبيرة. فمرضى السكري لديهم نسبة عالية من الدهون الصغيرة وهذه تتراكم على الشرايين، فتقوم بعمل لوحات دهنية تؤثر على الشريان، على ضخامة أو على مجرى الدم فيه، فيمكنها ان تؤدي الى تسكير الشريان او تصغيره الى نسبة تؤثر على مستوى الدم فتؤدي الى الجلطات والسكتات القلبية.



ممارسة الرياضة تخفف نسبة حدوث مرض السكري



نسبة زيادة السكر في الدم لها تأثيرات جانبية على القلب

كيف يمكن التحكم بمستوى الكوليسترول لدى مرضى السكري؟ ● بأخذ العلاج المناسب، فحسب الارشادات العالمية، اي مريض سكري من النوع الثاني عمره 40 عاماً فما فوق يجب ان يأخذ علاجاً للكوليسترول، فرغم هذه الارشادات ورغم ان معظم الاطباء يعرفون هذه الارشادات يعرفون ايضا ان هناك تقريبا 50% من هؤلاء المرضى لا يأخذون علاجاً للكوليسترول، فلذلك انتجت الشركة دواء Juvicor لمحاولة زيادة نسبة المرضى الذين يأخذون العلاج للسكري والكوليسترول.

الكويت الثالثة عالمياً

ما نسبة مرضى السكري في الكويت؟

● نسبة مرضى السكري في الكويت تصل تقريبا الى 21% حسب الدراسات الأخيرة، وقد صنفت الكويت الدولة الثالثة بين دول العالم بالنسبة لمرضى السكري من النوع الثاني، فهي من أعلى دول لديها السكري، اي ان شخصا واحداً بين كل ثلاثة أشخاص او اربعة لديه مرض السكري ولا يكاد يخلو بيت في الكويت من مريض سكري من النوع الثاني، لذلك قامت الحكومة والدوائر الصحية بالتوعية وكذلك شركات الادوية بزيادة حملاتها التوعوية من ندوات طبية وندوات تعليمية للاطباء والمرضات وايضا الصيادلة، كما ان شركة «MSD» وفرت كتابا للطبيب لمرضى السكري لمساعدتهم في اختيار الوجبات الصحية اللازمة، وقد اقمت دراسات اكلينيكية على مرضى السكري في الشرق الاوسط لمقارنة هذه النتائج بالدراسات العالمية، ووجدنا ان هناك تشابها كبيرا بيننا وبين الدول الاوروبية، لكن ما يزيد الخطورة لدينا ان نسبة السكري من النوع الثاني اعلى كثيرا من نسب دول العالم الأخرى.

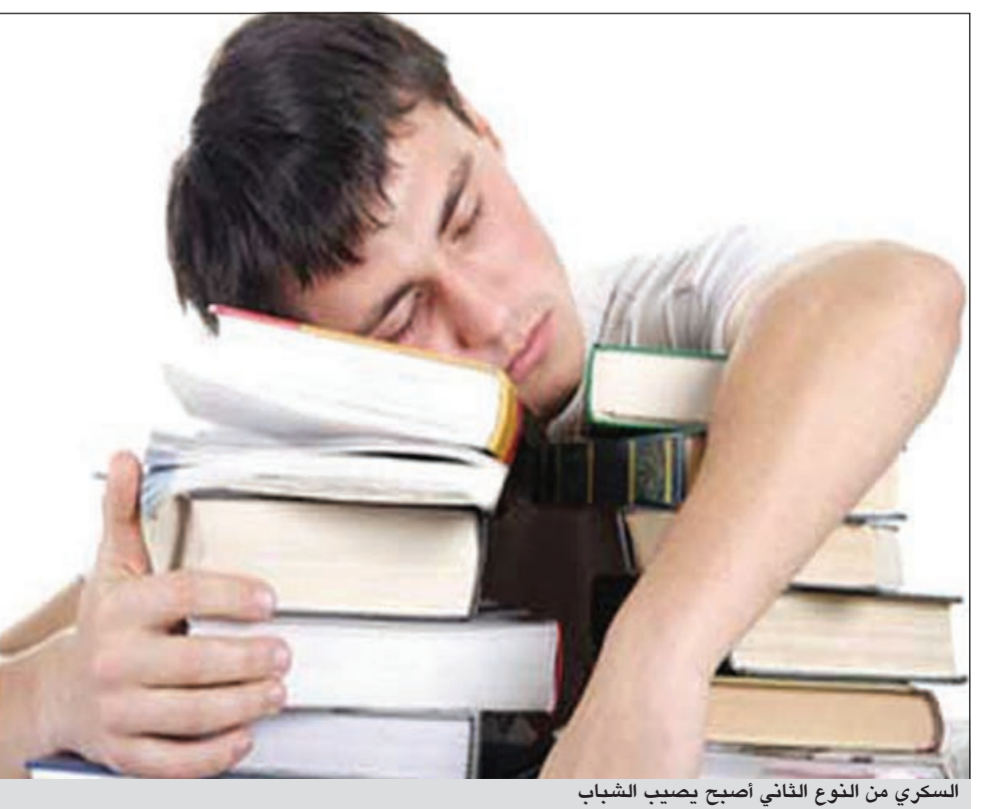
ما أهمية الحركة والرياضة بالنسبة لمرضى السكري؟

● مهمة جداً، وهي من اهم ما ندعو اليه في حملات التوعية وننصح المريض او معظم الناس بممارسة الرياضة، فهي تقلل من نسب الأمراض التي تحدث، خاصة في الدول العربية التي يزيد فيها وجود الوجبات السريعة، كما ان لدينا

تسهيلات كثيرة في حياتنا، فبدلاً من ان نوقف السيارة امام البيت نستطيع ان نوقفها في المواقف ونسير قليلاً، وبدلاً من ان نستخدم المصعد نستخدم الدرج وهذه امور بسيطة يمكننا اتباعها وهي تعتبر نوعاً ما رياضة، لكن للاسف لا تحدث عندنا في الدول العربية.

الوزن صحي ومفيد

هل المكسرات مفيدة لمرضى السكري أم ضارة؟ ● بالنسبة للمكسرات يعتبر الوزن صحياً ومفيداً بشكل عام ولكن الزيادة فيه غير مفيدة لأن معظم المكسرات بها املاح، وهذه الاملاح ترفع الضغط خصوصاً ان مرضى السكري لديهم ضغط وكوليسترول، فهذه المكسرات إذا كانت شديدة الملوحة يمكن ان تؤذيهم لأنها



السكري من النوع الثاني اصبح يصيب الشباب

ستزيد من نسبة الضغط. متى على مريض السكري ان يقلق من مستوى الكوليسترول في دمه؟ ● دائماً كاطباء ننصح المريض بفحص نسبة الجلوكوز بالدم فإذا لاحظ ارتفاعاً أعلى مما سبق يجب ان يخبر الطبيب بارتفاع نسبة الجلوكوز ليعطي النصيحة اللازمة وماذا يجب ان يفعل وربما ننصح ان يحضر عنده ليقوم بعمل كشف عام او فحوصات أكثر وربما لم يكن قد أخذ فحص الجلوكوز بالطريقة الصحيحة لذلك يجب اللجوء للطبيب لأخذ النصيحة اللازمة أو العلاج المناسب.

مضاعفات مرض السكري

ولكن لماذا يتعرض مرضى السكري من النوع الثاني أكثر من غيره للإصابة بأمراض شرايين القلب؟ ● لأن نسبة الدهون لديهم أكثر وهذه الدهون تكون من النوع الصغير وهي تتراكم أكثر فوق بعضها البعض وتحدث تصلبات بالشرايين تؤدي الى المضاعفات الجانبية، كالجلطة والسكتة القلبية.

هل يمكن تخفيض نسبة الكوليسترول من دون أدوية؟ ● هذا شيء صعب، فداًئماً ننصح المريض ان يأكل بطريقة صحية ويمارس الرياضة لتخفيض الكوليسترول فرغم ان النسبة تهبط، ولكن ليست بالنسبة التي نطمح لها، لذلك ننصح المريض بأخذ العلاج بالنسبة لمجتمعات الشرق الأوسط لم أجد نسبة ملحوظة

استطيع ان اطلب من المريض ترك الدواء لذلك عليه ان يأكل بطريقة صحية ويمارس الرياضة، وبعد 3 أشهر يراجع الطبيب فإذا لم تتغير نسبة الكوليسترول فعلى الطبيب ان ينصح المريض بالعلاج المناسب حسب نسبة الكوليسترول فإذا كانت منخفضة نحاول مع الغذاء والرياضة متابعة المريض على ان تكون متابعة في وقت قصير وليس طويل، حتى نستطيع أخذ العلاج من عدمه، ولكننا في الشرق الأوسط في معظم الأحيان نصل الى العلاج.

الى أي درجة تغيير نمط الحياة مفيد في التحكم بالسكري والكوليسترول؟

● مفيد جداً وأكثر من مرض فهو يضبط نسبة الكوليسترول، ويضبط نسبة السكر، ويضبط ايضا الضغط، ويتوقف على المريض، اذا كان حديثاً أم مريضاً منذ فترة، ولكن هناك امراض لا تنخفض كثيراً بل يجب تناول العلاج لها.

اسباب وراثية وهرمونية

هل هناك اسباب هرمونية وراء الإصابة بالسكري وكذلك الكوليسترول؟

● هناك اسباب وراثية للكوليسترول ومرض السكري، والذين لديهم مشاكل في الغدد ربما تزيد لديهم النسب بزيادة الكوليسترول والسكر، وحتى الضغط فهناك هرمونات يمكن ان تؤثر بهذه النسبة، وربما التدخين وزيادة الوزن والسيدات اللاتي يحملن ويصبن بالسكري وقت الحمل وربما تزيد لديهم نسبة السكري من النوع الثاني.

ما الأعباء التي يسببها السكري وأمراض شرايين القلب للمجتمع الكويتي؟

● عدد مرضى السكري من النوع الثاني في الشرق الأوسط وأفريقيا وصل الى 36 مليوناً، وقد وصلت كلفة العلاج الى 5.5 مليارات دولار، وهذا العلاج هو العلاج المباشر وهناك العلاج غير المباشر، الذي يؤدي الى هذه الأمراض كالمضاعفات الجانبية التي تحدث، والذي يمرض ولا يذهب الى العمل ايضاً يؤثر على العباء، وتؤثر على التكلفة الشهرية لمريض السكري، وربما 25% من الدخل الشهري يدفعه تكاليف علاج لمرض السكري ولعلاج الكوليسترول فالتكلفة هي من العوارض الجانبية للحكومة وللشعب الكويتي وقد ذكرنا انه يصيب مريض من كل 3 وهذه خطورة على الشعب الكويتي، فمرض السكري ومرض الكوليسترول لهما مضاعفات جانبية كثيرة، ولا نريد ان نصل الى درجة ان هناك نسبة عالية من المجتمع الكويتي مريض بالسكري و الكوليسترول فالتوعية من أهم الاساليب التي نحاول من خلالها تخفيض نسبة حدوث هذه الأمراض.

الرياضة مهمة جداً لمرضى السكري لأنها تقلل نسبة الأمراض الأخرى خاصة في الدول العربية



عدد مرضى السكري 366 مليون حالة في العالم وفي الشرق الأوسط وأفريقيا 36 مليوناً



دور القطاع الخاص

ماذا يمكن ان يقدم القطاع الخاص لحل مشاكل السكري وأمراض شرايين القلب في الكويت؟ ● بزيادة التوعية وبالتعاون مع الدوائر الحكومية، والدوائر الخاصة وزيادة التعليم ويكون عن طريق الندوات الطبية للاطباء والمرضات والصيادلة، والتوعية بالعيادات ومساعدة الدوائر الحكومية بتواجد معدات تساعد في تشخيص مرض السكري. هناك كثيراً من المرضى في الكويت لديهم مرض السكري، وغير مشخصين لعدم اهتمامهم أو ليس لديهم التوعية بأن يقوموا بإجراء تشخيص سنوي لدى الطبيب للتأكد من خلوصهم من الأمراض وغير محتاجين الى تغيير في نمط حياتهم ونظامهم الصحي وبالرياضة وأخذ العلاج المتوافر، فنحن كقطاع خاص يمكننا اجراء توعية ومساعدة الاطباء والمرضات والصيادلة على ان يحصلوا على المعلومات اللازمة لمساعدتهم. وايضاً كشركة خاصة نحاول توفير العقاقير والادوية الحديثة لعلاج السكري والكوليسترول وان تكون متوافرة في الاسواق للمرضى.

كيف يمكن التحكم في مستوى الكوليسترول لدى مرضى السكري؟



● ان الإدارة الفعالة والمبكرة لمستوى السكر في الدم وضغط الدم والكوليسترول تعد من الأمور الحيوية في خطة علاج السكري من النوع الثاني. ● وللمساعدة في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والمضاعفات الأخرى لمرض السكري، يجب ان يتشاور المريض مع طبيبه المعالج للوصول الى أفضل تغيير ممكن في نمط الحياة، والوصول الى أفضل مستويات مستوى السكر في الدم، وضغط الدم ونسبة الكوليسترول. ● نسبة السكر في الدم: تنصح الجمعية الأميركية لمرض السكري بضرورة ان يقل مستوى السكر في الدم عن 17 لدى البالغين المصابين بالسكري من النوع الثاني. في الوقت نفسه يجب على مريض السكري من النوع الثاني التحدث مع طبيبه للتعرف على النسبة المطلوبة لمستوى السكر في دمه، حيث ان نسبة الـ 7% قد لا تكون مناسبة لجميع المرضى. ● ضغط الدم: يجب على مريض السكري من النوع الثاني قياس ضغط دمه بانتظام، كما يجب عليه استشارة الطبيب فيما يتعلق بمستويات ضغط الدم المناسبة لحالته. وتنصح الجمعية الأميركية للسكري بأن يكون ضغط دم أغلب مرضى السكري أقل من 130/80. ● الكوليسترول: يجب على مريض السكري قياس نسبة الكوليسترول مرة واحدة على الأقل كل عام لدى معاملة التحاليل المتخصصة، كما يجب على المريض التحدث مع طبيبه حول نسبة الكوليسترول المناسبة لحالته. ● تشدد العديد من الكتيبات الإرشادية لمرض السكري على ضرورة التحكم في مستوى الكوليسترول في الدم، للمساعدة في تقليل مخاطر الإصابة بأمراض شرايين القلب والجلطات، كما تنصح بضرورة تناول مرضى السكري من النوع الثاني لعقاقير مخفضة للكوليسترول.



الوزن صحي ومفيد لمرضى السكري