



أخي مريض السكر كل عام وأنتم بخير نسأل الله ان يبلغكم شهر رمضان المبارك ويعينكم على صيامه وقيامه وأنتم في أتم صحة وعافية. هذه النشرة ستعينكم باذن الله على اتمام صيامكم بدون اي مضاعفات. فعليكم قراءتها بتمعن وسؤال طبيبك المعالج عن ما أشكل عليكم.

تعريفات:

- 1- النوع الاول للسكري : هو السكر المعتمد على الانسولين وهو يسمى سكر الصغار ويعالج بالانسولين فقط ويتميز بنوبات حموضة الدم .
- 2- النوع الثاني من السكر : هو السكر غير المعتمد على الانسولين ويسمى سكر الكبار ويعالج بأقرص خافضة للسكر وقد يحتاج بعض المرضى اضافة الانسولين لهم . ولا يشككي المرضى من نوبات حموضة الدم .

المرضى الذين لا ينصحون بالصيام بسبب زيادة الخطورة :

- 1- المرضى الذين يشكون من انخفاض سكر الدم المتكرر . او حصل لهم انخفاض دم شديد قبل ثلاثة أشهر من رمضان .
- 2- المرضى الذين لديهم عدم احساس بانخفاض سكر الدم . وخاصة مرضى النوع الاول من السكر.
- 3- مرضى السكر الذين يشكون من ارتفاعات شديدة في السكر .
- 4- مرضى السكر الحوامل الذين يستعملن الانسولين وخاصة النساء الحوامل من النوع الاول من السكر .
- 5- مرضى السكر الذين تعرضوا لنوبة حموضة الدم قبل ثلاثة اشهر من رمضان .
- 6- مرضى السكر الذين لديهم قصور في وظائف الكلى .

متى يفطر مريض السكر الزاما في اثناء صيامه؟

- 1- اذا كان سكر الدم 60 فأقل في اي ساعة اثناء الصيام .
- 2- اذا كان سكر الدم 70 فأقل في ساعات الصيام الأولى .
- 3- اذا كان سكر الدم اكثر من 300.

العلاج الدوائي لمرضى السكري في رمضان

نوع علاج السكر قبل رمضان	نوع السكر في رمضان
منظم السكر الجلوكوفاج GLUCOPHGE	نفس الجرعة,, ويمكن تقسيمها بالنصف بعد الفطور وبعد السحور
دواء الجانوفيا او الجالفس JANOVIA OR GALVUS	نفس الجرعة قبل رمضان
اقرص السكر المخفضة للسكر مثل الدوانيل والدايميكرون ام ار DOANIL, DIAMICRONE MR, DIATAB	نقل الجرعة حبه واحدة . فاذا كان اربع حبات قبل رمضان نجعلها ثلاث حبات في رمضان تؤخذ مرة واحدة على الفطور ماعدا الديتاتاب او الدوانيل يؤخذ ثلثين الجرعة على الفطور والثلث الاخر على السحور
الانسولين اللانتوس LANTUS	تؤخذ ثلثي الجرعة فقط في رمضان مع مرعاة سكر الدم
الانسولين المخلوط مرتين في اليوم قبل الفطور والعشاء	تؤخذ جرعة الفطور كاملة على الافطار. وتؤخذ نصف جرعة العشاء على السحور
الانسولين المخلوط ثلاث جرعات في اليوم قبل الفطور والغداء والعشاء	جرعة الفطور كاملة على الافطار . نصف جرعة الغداء اذا اخذ وجبة بين الفطور والسحور. نصف جرعة العشاء على السحور
مرضى السكر على اربع جرعات في اليوم .انسولين منظم(لانتوس او ليفيمير) مع ثلاث جرعات انسولين سريع قبل الوجبات (نوفوريد)	تؤخذ ثلثي جرعة الانسولين المنظم في وقتها المعتاد. اما الانسولين الصافي السريع : تؤخذ جرعة الفطور كاملة قبل الافطار في رمضان , تؤخذ نصف جرعة الغداء قبل الوجبة الثانية اذا اخذ وجبة بين الفطور والسحور , تؤخذ نصف جرعة العشاء قبل السحور

نصائح عامة:

- 1- اسأل طبيبك المعالج ومثقف السكري عن كيفية التعامل مع السكري في شهر رمضان المبارك.
- 2- عليك بالاكثار من شرب السوائل وخاصة الماء بين الفطور والسحور .
- 3- عليك بتعجيل الفطور وتأخير السحور عملا بالسنة وايضا اجتنابا لاي انخفاض في سكر الدم .
- 4- عدم الاكثار من تناول السكريات والنشويات في شهر رمضان .
- 5- الافطار اذا انخفض سكر الدم حسب ما ذكر أعلاه.

اعداد : د حميد المحفجي استشاري الغدد الصماء والسكري مركز السكر مستشفى حراء العام