

« حلويات رمضان .. « عدو الإنسولين »





القاهرة: «الخليج»

حذرت الهيئة العامة للرعاية الصحية بمصر من الإفراط في تناول الحلويات ما بين الإفطار والسحور، للأشخاص العاديين، وخاصة لمرضى السكر، لأن ذلك يربك عمل الأنسولين داخل الجسم. وأكدت أن التعامل مع الحلويات يحتاج إلى وقفة وإعادة نظر خاصة مع انتصاف شهر رمضان، لأن الصيام أساسه الإنسولين المضبوط، للمساعدة في الحفاظ على مستوى السكر والطاقة في الجسم طوال فترة الصيام، ومن ثم يجب الحفاظ على هذا الهدف.

وأضافت أنه على الصائم، وخاصة مرضى السكر، الحرص على ضبط مستوى السكر، من خلال القياسات المتكررة، فإذا ما تم اكتشاف أن السكر غير مضبوط، وظهرت بعض الأعراض المقلقة، فقد يتعرض المريض لمضاعفات خطيرة منها: الهبوط الحاد، أو الارتفاع الحاد في سكر الدم، وفي أسوأ الأحوال الدخول في غيبوبة السكري، وبشكل خاص لدى المرضى المصابين بالنوع الأول.

كما قد يتعرض مريض السكر للجفاف، وزيادة لزوجة الدم ما يسبب «الخرثرات الدموية».

ويجب على المريض في حالة الشعور بأي أعراض مرضية مثل: التعب، والإرهاق، والدوخة، والغثيان أو القيء، المبادرة إلى استشارة الطبيب المعالج، فإذا ما تيقن الطبيب بأن حالة المريض تستدعي التوقف عن الصيام والإفطار، فعلى المريض التقيد حرفياً بتعليماته

وأضافت أن الطبيب الذي يتابع مريض السكر، عادة ما يكون من المتخصصين في أمراض الباطنة والغدد الصماء، ومطلع على طبيعة المرض وتأثيراته في حالة المريض. كما يجب أن نضع في الحسبان أن الطبيب هو الذي سمح للمريض بأداء الصيام منذ بداية الشهر الكريم، انطلاقاً من معرفته بحالة المريض وقدرته على الصيام، ومن ثم يتوجب إطاعة إرشاداته وتوجيهاته، إذا عجز المريض عن الاستمرار في الصوم، وظهرت عليه أعراض صحية مقلقة

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024