

پزشک خانواده و غربالگری سالمندان

مقدمه

امروزه، سالمندان با افزایش سن امید به زندگی، دارای سریع‌ترین رشد در بین گروه‌های جمعیتی در جهان هستند. افزایش رو به رشد جمعیت سالمندان در جهان پدیده‌ای است که از آن به عنوان «خاکستری شدن جمعیت» و یا «سالمندی اجباری» نام برده می‌شود. شیوع بیشتر بیماری‌های مزمن گوناگون موجب شده است که بخش عمده‌ای از منابع بهداشتی و درمانی به سالمندان اختصاص یابد. انتقال یا گذر از بیماری‌های واگیر به غیرواگیر در بسیاری از کشورهای در حال توسعه دنیا به سرعت رخ می‌دهد. این روند در طی چند دهه دیگر، سرعت خواهد گرفت.

یکی از این بیماری‌های ناتوان‌کننده و قابل پیشگیری دیابت است. با توجه به شیوع بالای این بیماری تشخیص، درمان و پیگیری بیمار از اهمیت خاصی برخوردار است. در حال حاضر با حضور پزشک خانواده و غربالگری سالمندان از نظر قند خون بالا سبب شده عوارض ناشی از این بیماری و در نهایت سطح سلامتی آنان ارتقا یابد.

دکتر مریم‌زیادی لطف‌آبادی و دکتر بابک اقبالی به ترتیب: رئیس گروه سلامت سالمندان و میانسالان و کارشناس دیابت دانشگاه علوم پزشکی مشهد

اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه مقاله:

- دیابت را تعریف کنند.
- شیوع دیابت در سالمندی را شرح دهند.
- با عوارض دیابت در سالمندی و شیوع آنها آشنا شوند.

تعریف بیماری دیابت

- قند خون ناشتا کمتر از 100 mg/dl طبیعی است.
- قند خون ناشتا مساوی و یا بیشتر از 100 و کمتر از 126 mg/dl ، پره دیابت (در معرض ابتلا به دیابت) در نظر گرفته می‌شود.
- دو نوبت قند خون ناشتا مساوی یا بیشتر از 126 mg/dl دیابت در نظر گرفته می‌شود.



نشانه‌های بیماری دیابت عبارتند از:

پرنوشی، پراداری، پرخوری، کاهش شدید وزن بدون علت موجه باید به این نکته توجه داشت که با افزایش سن، خطر ابتلا به دیابت افزایش می‌یابد. نشانه‌های بیماری دیابت در سالمندان، کمتر از افراد کم سن و سال مشهود است؛ سالمندان معمولاً دچار تشنگی شدید یا افزایش و تکرر ادرار نمی‌شوند اما ممکن است بی حال و مریض احوال باشند و یا به رغم اشتیهای طبیعی، وزن آنها به تدریج کم شود. از این رو انجام آزمایش قند خون در افراد سالمند ضروری است.

از طرفی عده‌ای از سالمندان سطوح بالای قند خون را بدون داشتن شکایت چندانی به خوبی تحمل می‌کنند. سالمندان به سهولت دچار کم‌آبی می‌شوند زیرا ممکن است نتوانند مایعات کافی بنوشند و به دنبال بالارفتن

قند خون، خستگی، خواب‌آلودگی، گیجی و آشفتنگی در آنها پدید آید. فرد سالمندی که تحت درمان با قرص‌های خوراکی پایین‌آورنده قند خون یا انسولین قرار دارد نیز نیاز به مراقبت‌های خاص دارد.

مواد و روش‌ها

این مطالعه به صورت مقطعی در سالمندان ۶۰ ساله و بالاتر شهرستان درگز و فیروزه تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد انجام شد. در این بررسی ۱۸۹۸ سالمند در طی سال ۱۳۹۰ با مراجعه به مراکز

نتایج

بهداشتی درمانی و خانه‌های بهداشت و پایگاه‌های بهداشتی توسط پزشک تیم سلامت از نظر قند خون ناشتا و بیماری دیابت بررسی شدند.

آزمایش قند خون ناشتا، قند خون بیشتر یا مساوی ۱۲۶ داشتند. ۳۴ نفر با سابقه قبلی دیابت و تحت درمان دارویی، قند خون ناشتای بیش از ۱۴۰ میلی گرم در دسی لیتر داشتند. ۱۶۰ نفر نیز تحت عنوان دیابت کنترل شده با مصرف دارو طبقه بندی شدند. ۲۲ نفر (۱۰ درصد) عارضه چشمی، ۴ نفر (۲ درصد) عارضه کلیوی، ۲۲ نفر (۱۰ درصد) عوارض قلبی عروقی و ۱۵ نفر (۷ درصد) عوارض عصبی دیابت را داشتند.

نتایج غربالگری سالمندان

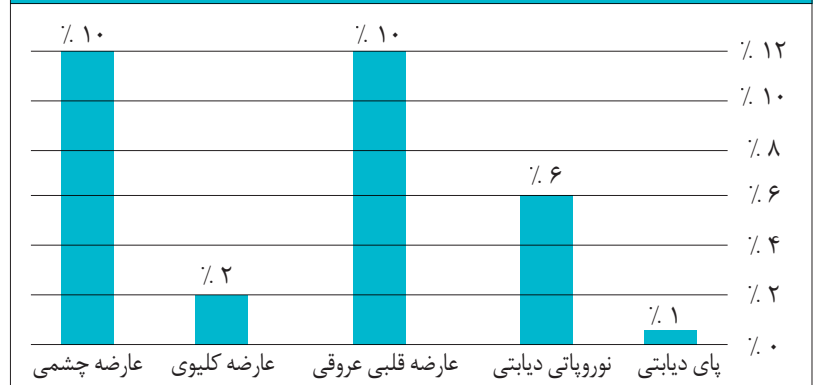
جنس	تعداد	غربالگری شده توسط پزشک	مبتلا به دیابت	دیابت بدون مصرف دارو	دیابت کنترل نشده با مصرف دارو	دیابت کنترل شده با مصرف دارو
زن	۱۰۲۲	۱۲۶	۱۵	۲۰	۹۱	
مرد	۸۷۶	۹۰	۷	۱۴	۶۹	
جمع	۱۸۹۸	۲۱۶	۲۲	۳۴	۱۶۰	

شیوع دیابت در جمعیت سالمندان مورد مطالعه ۱۱ درصد (۲۱۶ نفر) به دست آمد. در آزمایش انجام شده ۱۴۹ نفر اختلال قند خون ناشتا داشتند. ۲۲ نفر از آنان بدون سابقه ابتلا به دیابت و بدون مصرف داروی پایین آورنده قند خون در دو

شیوع دیابت در سالمندان بر حسب جنس



شیوع عوارض دیابت در سالمندان مبتلا



بحث و نتیجه گیری

دیابت نوع ۲ به عنوان شایع‌ترین بیماری متابولیک یک تهدید جدی برای سلامتی جهان قلمداد می‌شود، چرا که در حال حاضر ۲۵۰ میلیون نفر مبتلا به آن هستند. با رواج زندگی ماشینی در جوامع در حال توسعه میزان بروز دیابت نوع ۲ بسیار افزایش یافته است. طبق برآوردهای سازمان جهانی بهداشت ۴۳۵ میلیون نفر تا سال ۲۰۳۰ به دیابت مبتلا خواهند شد، شیوع دیابت در کشور ایران ۷/۳ درصد جمعیت بالای ۳۰ سال برآورد شده است (در شهرهای بزرگ ۱۰ درصد جمعیت بالای ۳۰ سال). در برخی منابع شیوع دیابت در سالمندی تا ۳ برابر میزان شیوع در کل جمعیت ذکر شده است. شایع‌ترین عامل نابینایی در بزرگسالان، نارسایی کلیوی و دیالیز هم‌چنین شایع‌ترین علت قطع پا به جز حوادث، دیابت است. به همین دلیل غربالگری سالمندان و اندازه‌گیری مرتب قند خون و اقدام لازم در کنترل آن توسط پزشکان تیم سلامت بسیار حایز اهمیت است.

- برنامه جامع پیشگیری و کنترل بیماری دیابت نوع ۲، وزارت بهداشت درمان آموزش پزشکی، فروردین ۸۹
- راهنمای آموزشی مراقبت‌های ادغام یافته سالمند، ویژه پزشک، وزارت بهداشت درمان آموزش پزشکی، بازنگری دوم، سال ۱۳۸۸

کلمات کلیدی: دیابت، سالمند، عوارض دیابت

به این موضوع امتیاز دهید (۱ تا ۱۰۰)
کد این موضوع ۸۷۲۴
SMS ۳۰۰۷۲۷۳۰۱۰۰۰۱

شماره تفریط و کوتاهی‌پشمی است و شماره دور اندیشی سلامت. (مخاطرات ج ۲ ص ۳۱۳)

لام علی (ع)