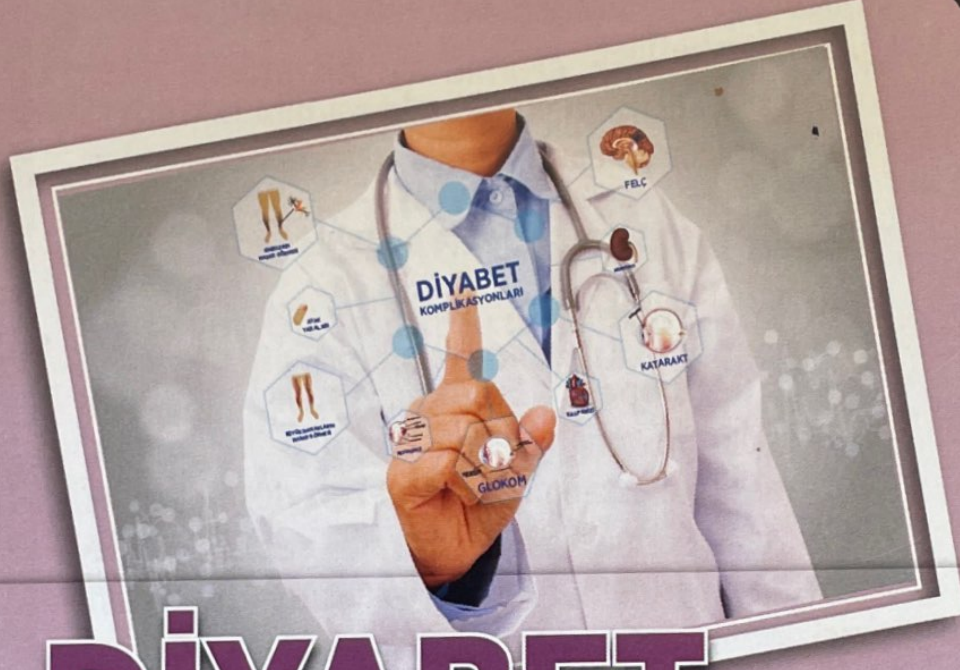




BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ HASTANESİ



DİYABET

KOMPLİKASYONLARI

DİYABET EĞİTİM HEMŞİRELİĞİ

KOMPLİKASYON NEDİR?

Diyabete bağılı olarak uzun dönemde ortaya çıkabilecek hastalıklar komplikasyon olarak adlandırılır.

Kan şekerinin;

- ◆ Yüksek ve kontrolsüz olması,
- ◆ Yüksek tansiyon,
- ◆ Sigara kullanımı,
- ◆ Diyabetik süresi uzun (>15 yıl) olan ve 40 yaş üzeri diyabetliler.
- ◆ Kan yağlarının yüksek olması gibi faktörler bu komplikasyonların ortaya çıkışına neden olur.

KOMPLİKASYONA BAĞLI HASARLAR

1-Küçük damarların hasar görmesi

a-) Retinopati: Erişkin yaştaki diyabetli hastalarda en önemli körlük nedenidir. Diyabetik hastada ani kan şekeri düşmeleri ve yükselmelerine bağılı olarak geçici görme problemleri oluşabilir. Gözde başlayan sıkıntılar erken fark edilirse tedavi şansı artacağından diyabet hastalarının 6 ay ile 1 sene içinde mutlaka bir kez göz dibi muayenesi yaptırmaları gerekir.

b-) Nefropati: Böbreklerdeki kan damarlarının hasar görmesi ile oluşur ve böbrek yetmezliğine kadar gidebilir. Erken dönemde tespit edildiğinde tedavisi mümkün olacağından her 6 ay ile 1 sene içinde bir kez idrar tahlili yaptırıp, "mikroalbümürü" denilen testin yapılması gerekir. Diyabete yüksek tansiyon problemi de eşlik ediyorsa göz ve böbrekte oluşacak hasarın artacak olması nedeniyle tansiyonun da iyi düzenlenmesi gerekir.

3-Sinirlerin hasar görmesi

-Nöropati: Sinirler içerden ve dışarıdan beyne kadar tüm organların bağlantılarını sağlayarak hissetmemizi ve hareket etmemizi sağlayan bilgi sinyallerini taşırlar. Ayrıca vücudumuzdaki tüm organları kontrol ederek çalışmasını sağlarlar. Yüksek olan kan şekerinin sinirleri besleyen damarlara zarar vermesine "Nöropati" denir.

-Duyu Sinir Nöropatisi:

Duyu sinirleri: Deriden, kemiklerden ve kaslardan gelen mesajları (sıcak, soğuk, dokunma, acı vs) beyne taşıyan sinirlerdir.

Eller genelde etkilenmezken en çok ayaklar etkilenir. Duyu nöropatisi sızlama, uyuşma, ağrı, karıncalanma, zonklama, soğukluk hissi yapabilir. Duyu nöropatisi olan çoğu kişi ayaklarındaki hislerin bazılarını kaybettiklerinin farkına varmayabilir. Bu nedenden dolayı mutlaka ayakların kontrol edilmesi, ayak bakımının iyi olması gerekmektedir.

-Motor Siniri Nöropatisi:

Motor Sinirler: Beyin, eklem uzuvlarımızı hareket ettirmemizi sağlayan motor sinirler yardımıyla vücudun farklı bölgelerine mesajlar yollayan sinirlerdir.

Motor nöropatide bu sinirler hasar görür. Eller genellikle etkilenmezken bazen bilekten ele geçen sinirin sıkışmasıyla ellerde karıncalanma oluşabilir. Gerekirse küçük bir ameliyatla sinir sıkışması düzeltilebilir. Gözde hareketi sağlayan birkaç sinirin hasar görmesi sonucu çift görme, göz kapağı düşmesi yapabilir. Kendiliğinden iyileşme oranı yüksektir.

-Otonom Nöropati:

Otonom sinirler: Vücuttaki birçok organın çalışmasında rol oynar (kalp, sindirim sistemi, üriner sistem vs.)

Otonom nöropati sinirlerin beslediği organların etkilenmesi sonucunda gelişir. Kalpte işlev bozukluğu, tansiyonda düzensizlikler ve cinsel işlev bozuklukları yapabilir. Normalde oturma ve ayakta durma pozisyonlarına bağlı olarak tansiyonda hafif farklar oluşurken otonom sinirler etkilendiğinde bu fark artar, yatar pozisyondan ayağa kalkınca sersemliğe, baş dönmesine hatta baygınlığa sebep olabilir.

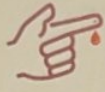
” Diyabette oluşacak damar problemlerini engellemek için; kan şekerinin iyi düzenlenmesi, tansiyonun dengede tutulması, kan yağlarının normal sınırlarda olması, sigara ve alkol kullanılmaması, kiloyu korumak, düzenli beslenmek, egzersiz yapmak gerekir.

2-Büyük damarların hasar görmesi

- Damar sertlikleri ve Tıkanıklıkları
- Kalp Hastalıkları
- Yüksek Tansiyon
- Kollara ve bacaklara yeterli kan gitmemesi ve buraların yeterince beslenememesi
- Felç



Bunlara **Dikkat !**



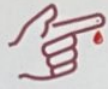
İyi bir diyabet kontrolüyle sinir hasarı önlenabilir ya da ilerlemesi durdurulabilir.



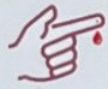
Nöropatinin dönüşü olmasa da sağlık ekibinizin yardımıyla şikayetleriniz ve nöropatiniz azaltılabilir.



Yara ve enfeksiyon olmaması için; ağız bakımına dikkat etmelisiniz. Cilt ılık su ile yıkanmalı, nemlendirici kremler ihmal edilmemelidir.



Mantar oluşmaması için cilt ıslak ve terli bırakılmamalı, iç çamaşırları pamuklu, temiz ve kuru olmalıdır. Kadınlarda tuvalet temizliği önden arkaya doğru yapılmalıdır.



Vücudunuzda oluşan yaralara diyabet ekibinizin önerisi olmadan ilaç, pomad ve antiseptik hiçbirşey sürülmemeli, yara bandı yapıştırılmamalı; yara yapacak her şeyden kaçınılmalıdır.



Ayak bakımına dikkat edilmelidir.

KOMPLİKASYONLAR

BÜYÜK DAMARLAR

- İnme / Felç



- Kalp - Damar hastalıkları



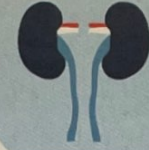
- Damar tıkanıklıkları
- Ayak ülserleri
- Gangren

KÜÇÜK DAMARLAR

- Retinopati
(Gözlerin zarar görmesi)



- Nefropati
(Böbreklerin zarar görmesi)



- Nöropati
(Sinirlerin zarar görmesi)



ENDOKRİNOLOJİ ve METABOLİZMA HASTALIKLARI BİLİM DALI

Fevzi Çakmak Cad. 5. Sok. No:48
Bahçelievler / ANKARA

☎ 0 312 203 05 27 / 5170 - 5307

☎ 0 312 203 05 28 (Fax)