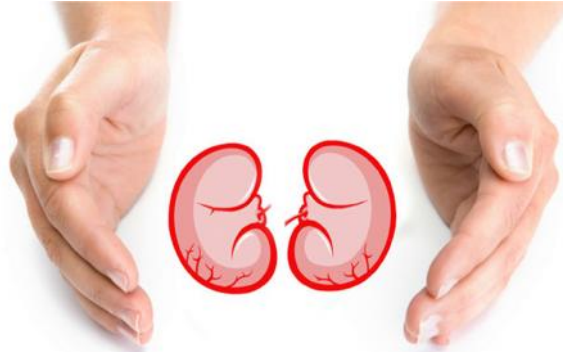


## دیابت در بیماران سالمند با نارسایی کلیه



دیابت شایعترین علت بیماری مزمن کلیه در افراد مسن است. بیماران مسن بعلت مشکلات و بیماریهای دیگر مثل دردهای استخوانی و آرتروز اضافه وزن و چاقی اغلب خانه نشین هستند. طبق آمار نیمی از افراد بالای در ایران چاق هستند، و نیاز به رژیم غذایی برای کاهش وزن .

موارد زیر شامل: - چاقی که با افزایش اندازه دور کمر بیش از سانتی متر باشد، - دیابت - فشار خون بالای / - چربی نوع خوب (HDL) پایین و تریگلیسرید و چربی بد (LDL) بالا؛ بنام سندرم متابولیک گفته میشود و عامل خطر بروز بیماری قلبی و نارسایی کلیوی هستند.



### دیابت با کلیه چه میکند؟

دیابت باعث آسیب عروق خونی کلیه شده در نتیجه کلیه نمیتواند مواد سمی و آب اضافی را از بدن کند، و ایجاد افزایش وزن، و فشار خون بالا میشود. همچنین بعلت آسیب عصبی، مثانه نمیتواند ادرار را بخوبی تخلیه کند، ادرار در مثانه میماند و ایجاد عفونت و آسیب کلیه میشود.

### در صد بیماران دیابتی دچار نارسایی کلیه می شوند؟

% بیماران دیابت نوع (دیابت همراه با چاقی و شروع در سن بالای (دچار نارسایی کلیه میشوند.

### دیابت در افراد مسن با بیماری مزمن کلیه چه عارضه ای میدهد؟

بیماری قلبی عروقی % قبل از شروع دیالیز، اختلالات روحی روانی، سوءتغذیه، عدم تحمل به درمان بیماری خود، و در بیماران دیالیزی باعث افت فشار پس از دیالیز و نارسایی عروقی جهت دیالیز می شود.



### علائم آسیب کلیه در بیماران دیابتی چیست؟

وقتی کلیه ها آسیب می بینند یا کم کار و نارسا میشوند این علائم رخ میدهد: - وجود پروتئین یا آلبومین - پرفشاری خون - گرفتگی - دفع ادرار شبانه بیشتر - افزایش اوره و کراتینین خون - نیاز کمتر به داروهای ضد دیابتی و انسولین - بیحالی صبحگاهی و تهوع و استفراغ - ضعف، رنگ پریدگی و کم خونی -

### اگر کلیه ها آسیب ببینند چه اتفاقی خواهد افتاد؟

معمولا تا زمانی که بیش از % کلیه ها آسیب نبینند هیچ علامتی ندارد، حتی آزمایشات ممکنست طبیعی باشند. وقتی کلیه ها آسیب شدید ببینند فرد دچار ورم صورت و پاها، پرفشاری خون، بیماری قلبی، بی اشتها، درد بدن و استخوانها، سوء تغذیه، و حتی تنگ نفس میشود. و برای ادامه زندگی نیاز ه دیالیز یا پیوند خواهد داشت.

### چه توصیه هایی برای پیشگیری از آسیب کلیه ها میکنید؟

تغییر در روش زندگی همراه با کاهش مصرف چربی های اشباع و افزایش مصرف چربیهای غیر اشباع ممکنست بهترین برنامه در افراد مسن با سندرم متابولیک باشد. یک رژیم کم کالری نه تنها باعث کاهش وزن می شود بلکه باعث بهبود اختلالاتی میشود که کمک به پیر شدن کلیه میکنند. در افراد با دیابت فشارخون، و چربی بالا، مصرف داروهای پایین آورنده چربی میتواند مفید باشد. همینطور کنترل کافی سن با دیابت تایپ ۲ شیوع عارضه کلیوی دیابت را کم میکند. ترکیب رژیم کم کالری ورزش باعث کاهش قابل توجه در وزن، و بهبودی در لیپید های سرم و حساسیت به انسولین می شود. تشخیص زود مقاومت به انسولین و شروع اصلاح روش زندگی یا درمان پزشکی ممکنست قلبی عروقی و کلیوی ناشی از سن را کم کند.

### درمان بیماران دیابتی مسن با بیماری کلیه چیست؟

داروهای خاصی در بیماران دیابتی مسن، پیشرفت بیماری کلیه را کند میکند. توصیه میشود در هر بیمار دیابتی با دفع پروتئین این داروها شروع شود در صورتیکه عارضه مهمی با این داروها ایجاد نشود. مصرف این داروها حتما باید زیر نظر پزشک بو و نباید سرخود استفاده شود. این درمان اضافه بر درمان های معمول برای دیابت و توصیه های پیشگیری است که توسط پزشک داده میشود.

درمان دیابت در بیماران مسن با بیماری کلیه نیز با افراد دیابتی بدون بیماری کلیه تفاوت دارد بطوریکه بعضی از داروهای معمول دیابت مثل متفورمین و گلیبن کلامید را نمیتوان براحتی در اینگونه بیماران استفاده کرد و باید حتما زیر نظر مستقیم پزشک و دقیق استفاده نمود.



نویسنده: دکتر شیوا صیرفیان، فوق تخصص کلیه،

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و عضو مرکز تحقیقات بیماریهای کلیوی اصفهان.