

## دارودرمانی در دیابت

دربحث درمان دیابت اولین قدم درمانی در هر دو نوع دیابت ۱ و ۲ تغییر روش زندگی است. یعنی روی آوردن به فعالیت بدنی و ورزش منظم روزانه و تغذیه صحیح به صورتی که مصرف کربوهیدراتهای ساده مثل انواع شیرینی جات، قند و شکر، عسل، میوه ها به ویژه میوه خشک، شیروماست کاهش و درمقابل مصرف انواع فیبرها مثل سبزیجات، انواع سالاد بدون سس همراه با نانهای سبوس دار و رنگی افزایش یابد نکته مهم اینکه هر چه نان برشته تر باشد برعکس تصور عامه قند خون را بیشتر افزایش میدهد. هنگامی که علیرغم تمهیدات فوق به مدت ۳ تا شش ماه همچنان قند خون بالا بود یعنی HbA1c بیشتر از ۷ درصد بود درمان دارویی توأم با تداوم اقدامات فوق باید شروع شود.

در صورت نرمال بودن کار کرد کلیه و کبد اولین خط درمانی شروع داروی **متفورمین** هست که دوز آن را پزشک مشخص می کند. و برعکس تصور عموم و متاسفانه بسیاری از پزشکان **داروی دوم** سولفونیل اوره ها به ویژه گلی بنکلامید است. بنابراین شروع درمان دیابت نوع ۲ صرفا با **متفورمین** است و دارو های دیگر خطوط بعدی درمان براساس تصمیم و تشخیص پزشک است. در مرحله بعدی دارودرمانی بسته به جدول چک قند خون که بیمار به پزشک ارائه میدهد نوع دارو براساس نیاز به کنترل قند خون ناشتا یا قند خونهای پس از غذا تغییر میکند. ولی بیماران عزیز باید توجه داشته باشند که دارو درمانی تنها بدون تغذیه مناسب و فعالیت بدنی پیوسته هرگز به تنهایی قادر به کنترل قند خون نخواهد بود.

گرد آوری: دکتر سید حسین دهقان منشادی

آدرس مطب: تهران خ شریعتی، متروی شریعتی، جنب حسینیه ارشاد، کوچه ارشاد، پلاک ۱، طبقه ۳، واحد ۲۱  
تلفن:

۰۹۱۰۶۸۲۵۰۹۹

۰۲۱-۲۲۸۹۴۱۰۸