

ذیا بیطس

تعارف، احتیاط اور علاج



پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوی ایشن

اس کتابچے میں دو گئی تفصیلات کا مقصد
ذیا بیطس کے مریضوں کو اپنے امراض کے متعلق اور اپنے علاج کے متعلق اپنے امراض کے علاج کا بنیادی اصول ہے۔

جزیئی معلومات کے لئے اپنے دا انٹر سے رابطہ کریں۔

آئے!

صلحیتوں اور مانی تعاون کے ساتھ اپنی رکود، صدقات، خیرات اور عطیات پیار بیٹینگ کو دیں۔
اپ تک بیان سے جو ہو سکا، حرف اللہ تعالیٰ کا لٹھ اور آپ کے تعاون ہی کا تجھ ہے۔

بینک اکاؤنٹ برائے جنرل ریلیف

پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوی ایشن، اکاؤنٹ نمبر: 0100-562825، برائے: 0308:
میران بیک، 8-F، مرکز، اسلام آباد

بینک اکاؤنٹ برائے رکود

پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوی ایشن، اکاؤنٹ نمبر: 0101-820636، برائے: 0308:
میران بیک، 8-F، مرکز، اسلام آباد

پاکستان اسلامک میڈیکل ایسوی ایشن

12-شایمار سنتر، 8-F، مرکز، اسلام آباد۔ فون: 051-2261943
www.pima.org.pk | relief@pima.org.pk | facebook.com/PIMAofficial



ذیا بیطس کا علاج

خون میں گلوکوز کی مقدار کو نارمل رکھنا؛ ذیا بیطس کے علاج کا بنیادی اصول ہے۔
خون میں گلوکوز (بلڈ شوگ) کو مستقل کنٹرول رکھنے سے مرض کے عوامی مسائل سے
نجات ملتی ہے اور جیجید گیوں سے بھی بچا جاسکتا ہے۔
درن ڈیل میں طریقوں سے ذیا بیطس کا علاج کیا جاتا ہے۔

- (1) خواراک میں تبدیلی اور جسمانی ورزش (فرپا فردا کا وزن کم کروانا)
- (2) کھانے والی ادویات
- (3) انسوین کے تکیوں کا استعمال

ذیا بیطس ناپ 1 کا علاج تو انسوین کے ذریعے ہی ممکن ہے لیکن ذیا بیطس
ناپ 2 کی اکثریت میں غذا کی پرہیز، جسمانی ورزش کا معمول اور کھانے والی
ادویات کے استعمال سے خون میں گلوکوز کنٹرول ہو سکتا ہے۔ ان ذرائع سے
اگر ذیا بیطس کنٹرول نہ ہو تو انسوین کے استعمال کی ضرورت بھی پڑ سکتی ہے۔
معانج کی ہدایات کے مطابق غذا کی پرہیز، ادویات کے باقاعدہ استعمال اور
بلڈ گلوکوز کے مقررہ مدت کے بعد نئیوں کے ذریعے مریض صحت مند نہیں گزار
سکتا ہے اور ذیا بیطس کی طویل المیعاد پیچید گیوں سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

ذیابیطس کی علامات

پیش اب کا بار بار اور زیادہ مقدار میں آنا، بجک زیادہ لگنا اور پیاس میں اضافہ ہوتا عمومی طور پر ذیابیطس کی علامات سمجھی جاتی ہیں۔ ذیابیطس ناپ 1 میں تو یہ علامات تقریباً ہر مریض میں ہوتی ہیں، لیکن ناپ 2 کے مریضوں میں اکثر یہ علامات موجود نہیں ہوتی۔ تھکن، کمزوری جیسی غیر مخصوص علامات یا ذیابیطس کی پچیدگیوں کے آثار ان مریضوں میں غالب ہوتے ہیں۔ اکثر اوقات کسی اور وجہ سے خون میں گلوكوز کا نیست ہوتا ہے تو ذیابیطس کا علم ہوتا ہے۔



ذیابیطس کی پیچیدگیاں

ذیابیطس کا مرض اگر کئی سال کنڑوں میں نہ رہے تو جسم کے اہم حصوں کو متاثر کرنے کا باعث ہتا ہے۔ دل کی شریانوں کی تگی، دل کے دورے (ہارت ایجک)، فالج، اعصاب کی کمزوری (باتھ پاؤں کا سن ہوتا ہے)، آنکھوں میں پردة بصارت کا متاثر ہوتا، گردوں کی کمزوری اور زخموں کے سبب پاؤں کا ناکارہ ہوتا ذیابیطس کی پچیدگیوں میں شامل ہیں۔



ذیابیطس کے اسباب

- ذیابیطس ناپ 2 زیادہ تر ان افراد کو ہوتی ہے جو زیادہ وزن رکھتے ہوں یا موٹاپے کا شکار ہوں۔
- جن کے خاندان کے دیگر افراد کو بھی ذیابیطس ہوں۔
- جو عمومی طور پر جسمانی حرکت اور ورزش سے گریز کرتے ہوں۔
- وہ خواتین جنہوں نے 9 پاٹن سے زائد وزن کے پیچ کو ختم دیا ہوا یا جن کو دور ان حمل ذیابیطس ہو بچی ہو، ان میں مستقل طور پر ذیابیطس کا مرض ہوتے کام کا نام زیادہ ہوتا ہے۔



ذیابیطس ایک ملک بیماری ہے جو دیگر جان لیوا امراض کا بھی سبب بنتی ہے۔ پاکستان دنیا کے ان پانچ ممالک میں شامل ہے جہاں ہر دو سال شخص ذیابیطس کے مرض کا شکار ہے۔ اس وقت ملک میں 9 ملین سے زائد افراد اس مرض میں جلتا ہے۔ جسمانی محنت کی کمی، موٹاپا اور غیر متوازن نہادیں وہ عوامل ہیں جن کے باعث ذیابیطس کے مریضوں کی تعداد میں خطہ ناک حد تک اضافہ ہو رہا ہے۔ اس مرض کی روک تھام کے لیے، اگروری طور پر مؤثر اقدامات نہ کیے گئے تو آئندہ 25 برسوں میں یہ تعداد 14 ملین تک بڑھنے کا امکان ہے۔

ذیابیطس کی اقسام

ذیابیطس کے مرض میں خون میں گلوكوز کی مقدار مقررہ حد سے بڑھ جاتی ہے۔ عمومی طور پر ذیابیطس کی دو اقسام ہیں۔

ذیابیطس ناپ 1: یہ بالعموم بچپن یا اوائل عمری میں لاحق ہوتی ہے۔ اس مرض میں لبیے میں پیدا ہونے والا بارہ مون "انسویں" بہت کم ہو جاتا ہے۔ ذیابیطس کی اس قسم کا علاج انسویں ہی سے کیا جاسکتا ہے۔ جو نیکے کے ذریعے دی جاتی ہے۔

ذیابیطس ناپ 2: مرض کی اس قسم میں انسویں کی مجموعی مقدار کم نہیں ہوتی لیکن جسم میں موثر طور پر استعمال نہیں ہو سکتی جس کی وجہ سے خون میں گلوكوز کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ ذیابیطس کے 90 فی صد سے زیادہ مریض ذیابیطس ناپ 2 میں جلتا ہوتے ہیں۔