

الرئيس الإقليمي للاتحاد الدولي للسكري: نصف مليون لبناني مصابون

مرض السكري بات حالة منتشرة في لبنان. في اخر دراسة اجريت قبل خمس سنوات، قدرت معدلات الإصابة بهذا الداء بين 11 و17 في المئة، اي نصف مليون لبناني. علما ان المعنيين بهذا المرض ليسوا المرضى وحدهم، بل الاهل الذين تقدر نسبتهم بـ30 في المئة كونهم يدفعون فاتورة الاستشفاء مع اولادهم



رئيس الجمعية اللبنانية للسكري والرئيس الاقليمي للاتحاد الدولي للسكري الدكتور محمد صنديد.

عائلاتهم على عاتقها بنسبة 100 في المئة. طبعا هناك امكانات لدى هذه المديرية، لكن لولا الارادة والقرار الذي اتخذ في هذا الخصوص لما تم ذلك. الاهتمام بمرضى السكري ورعايتهم الصحية في لبنان تتفاوت نسبتها بين مؤسسة عسكرية واخرى. لكن على الرغم من هذا الاختلاف، تبقى المؤسسات العسكرية من اكثر المؤسسات انضباطا في متابعة مريض السكري باعتباره ملتزما ادبيا تجاه مؤسسته من ناحية اجراء الفحوص الطبية في موعدها.

■ بالنسبة الى الاطفال المصابين بداء السكري، كيف سيتعايشون مع مرضهم؟

□ مع تطور العلاجات اصبحت حياة مريض السكري، خصوصا الطفل، اكثر سهولة من قبل. هذا الامر الذي انعكس على حياة الاهل ايضا، فباتوا يتقبلون مرض اطفالهم ويجاهرون به من دون خجل كما كان يحدث في السابق خوفا من تأثيره على مستقبلهم وحياتهم الزوجية. بشكل عام، تطور العلاجات ساعد على تحسين واقع هؤلاء المرضى، كبارا وصغارا. فبدلا من وجود دواء واحد هو Metformin اصبح لدينا ستة انواع من الادوية، منها ما يعمل على عدم امتصاص السكر في المعدة، وآخر يقضي دوره بالعمل على الهرمونات وعلى وضع الكلى وعلى تخفيف انتاج السكر في الليل وعلى تحسين الخلايا التي تتولى فرز الانسولين في الجسم. الجديد في هذا المجال هو التوصل الى علاج جديد مطابق للانسولين البشري، علما انه كان يستخرج من الحيوانات. اما بالنسبة الى تطور العلاجات الخاصة بالاطفال، فقد هدفت الى التخفيف من الالم لديهم. هذا ما نعتمده مع اطفال عسكريين الامن العام المصابين بداء السكري. فبدلا من القيام بفحص نسبة السكرى بوحدة ابرة في اصبعهم نضع لصقة على الجلد بحجم صغير لنمرر عليها جهاز سكار، هذه الصورة تتولى كشف نسبة السكرى في جسم الطفل. ومن العلاجات الجديدة الخاصة بالاطفال، مضخة تفرز الانسولين وفقا لحاجات الجسم. التطور فرض ايضا شخصية العلاج، بمعنى ان لكل مريض علاجه الخاص الذي يجب ان لا يعمم على الاخرين.

عدد المصابين بالسكري في العالم بات يعادل ضحايا الحروب

في لبنان، اي بعدم توافر القدرة الشرائية لدى اللبنانيين لاستهلاك الاطعمة الصحية المعتمدة على البروتين. مثلا، ننصح مريض السكري بتناول السمك على انواعه فيكون الرد من قبله: لا قدرة لدي على شرائه. لذا، يدرس واقع مريض السكري من جوانب عدة، الاجتماعية والاقتصادية التي تساعده على تأمين علاجه الصحي والغذائي معا فور اصابته بهذا الداء، والا سيعاني من المضاعفات التي ذكرتها سابقا والتي ستجبره على دخول المستشفى حيث ستكون الكلفة المادية بالنسبة اليه مضاعفة. هذا الجانب المهم من حياة مريض السكري في لبنان، يدفعني الى الاشادة بدور المديرية العامة للامن العام بتوجيهات من مديرها العام اللواء عباس ابراهيم افضت الى تحمل المديرية مسؤولية طبابة عسكريها وافراد

مشكلات في الكلى. قد يؤثر التطور السلبي في حال حصوله الى ارتفاع في ضغط الدم مما قد يسبب جلطات دماغية او بذبحة قلبية، اضافة الى ارتفاع في معدل الكولسترول. بسبب هذه المضاعفات قد يعاني عدد من المرضى من ضعف جنسي. يمكن تجنب كل ذلك اذا تم التقيد بالعلاج، خصوصا التحكم في مخزون السكري في الجسم وفي ضبط تخزينه الذي يصل معدله الى 6 ونصف او الى 7 اذا كان الشخص قد تجاوز عامه الستين.

■ اي نوع من النظام الغذائي ينصح به لمرضى السكري؟

□ الغذاء الذي ننصح به هو نوعية الطعام الشرق اوسطي الذي اعتمده اهلنا عبر التركيز على الخضروات والحبوب والفواكه الطازجة، خبز القمح، الدجاج، البيض واللحوم، والابتعاد من المازات والمقالي والوجبات السريعة والمشروبات الغازية التي نستطيع استبدالها صباحا بالحليب والتفاحة بدل منقوشة الزعتر.

■ ما الاسباب التي ادت الى هذا العدد من الاصابات بداء السكري في لبنان؟

□ السبب الاساسي يعود الى التغيير السريع في اسلوب الحياة الذي تأثر بالوضع الاقتصادي

بوجود دمل عند شخص آخر كاشارة الى وجود هذا الداء. يبلغ عدد المصابين بالسكري في العالم من النوع الثاني حوالي 90 في المئة من مجمل المرضى الذي يبلغ عددهم حاليا 440 مليون شخص، ومن المتوقع ان يصل عددهم سنة 2035 الى ما بين 650 و700 مليون شخص. من الاسباب المؤدية الى النوع الثاني من داء السكري، العامل الوراثي، البدانة السريعة، ارتفاع في نسبة الكولسترول، قلة الحركة، الخمول. وتظهر اعراضه من خلال الاكثار من شرب المياه، التبول، النحافة المفاجئة من دون سبب مقنع. يبدأ علاج مرضى النوع الثاني بتغيير نمط الحياة واهم ما فيه هو النظام الغذائي، اضافة الى اعتماد دواء من تركيبة Metformin او اي دواء آخر من التركيبة نفسها. يصل عدد المصابين بالسكري من النوع الثاني في لبنان الى نصف مليون شخص. هذه النسبة تعتبر عالية جدا، اما مرضى النوع الاول فلا يتعدى عددهم العشرة الاف مصاب. من الضروري الاشارة الى ان هذا الداء لا يكون خطرا في حال اتبع المريض سبل الوقاية بدقة، خصوصا التحكم في السكري من الناحيتين الغذائية والعلاجية والحركة، كالمشي مثلا مدة 45 دقيقة كل يومين. لكن الخطورة في النوعين من هذا الداء تكون في حال حصول خلل في نمط الحياة والغذاء والحركة البدنية.

■ في حال لم يتقيد المريض بالعلاج وتطور وضعه سلبا، ما هي المضاعفات التي سيتعرض لها؟

□ المشكلات هي: الإصابة بشبكة العين الى حد فقدان البصر، مشكلات في القلب منها انسداد الشرايين، اصابة الاعصاب، خصوصا القدم بحيث يؤدي ذلك احيانا الى بترها،

العالمية العالية. هذا المعدل كشفته دراسات اجريت ما قبل السنوات الخمس الماضية، حيث لا وجود حاليا لدراسات جديدة التي من المفترض تحديثها كل 3 سنوات كما يجري في دول العالم من اجل مراقبة حجم المشكلة، هل هي في ازدياد ام في تراجع؟ على الرغم من ذلك، فان معدل الإصابة المرتفع هذا يدفعنا الى دق ناقوس الخطر للحد من انتشار هذا المرض التي تقدر نسبته ما بين 11 و17% من سكان لبنان البالغ عددهم 4 ملايين ونصف مليون نسمة بنصف مليون مصاب بالسكري من النوع الثاني.

■ هلا اوضحت لنا الفارق بين النوعين، الاول والثاني، في مرض السكري واسباب الإصابة بهما؟ □ النوع الاول من داء السكري يصاب به الاطفال والشباب بنسبة 5 في المئة من مجمل هؤلاء المرضى على مستوى العالم. اما الاسباب فتعود الى خلل في غدة البنكرياس وعلاجه يبدأ بابر الانسولين ما بعد التشخيص مباشرة، وفي حال تأخر المريض عن تلقي هذا العلاج فورا سيكون معرضا للدخول في غيبوبة. تشخيص النوع الاول من داء السكري يتم بطريقة سهلة والدلالات هي الاكثار من النوم وشرب المياه والتبول مع وجود رائحة للفم شبيهة بـ Acetone. في هذه الحالة يكون معدل فحص السكري بـ500 وما فوق، ولانه من الامراض المزمنة على مريض السكري التعايش مع مرضه بمواصلة تلقي العلاج بابر الانسولين. النوع الثاني من هذا الداء يصاب به كبار السن ومن الممكن ان يحدث تدريجا وبالمصادفة، اي من خلال اجراء فحوص روتينية، او مثلا بمعاينة طبيب الاسنان لشخص يعاني من التهاب في اللثة ليكتشف اصابته بالسكري، او

من اسباب ارتفاع معدل الاصابات بمرض السكري في لبنان، عدم توافر القدرة الشرائية لدى ابنائه لاستهلاك الاطعمة الصحية. علما ان المؤسسات العسكرية هي اكثر المؤسسات انضباطا في شأن متابعة مريض السكري ورعايته صحيا. فالمديرية العامة للامن العام تتحمل على عاتقها مسؤولية طبابة عسكريها وافراد عائلاتهم المصابين بمرض السكري بنسبة مئة في المئة مع اعتماد العلاجات المتطورة للاطفال.

في لقاء مع "الامن العام"، يشخص رئيس الجمعية اللبنانية للسكري والرئيس الاقليمي المنتخب للاتحاد الدولي للسكري (22 دولة) الاختصاصي في الغدد والسكري الدكتور محمد صنديد واقع هذا الداء في لبنان، اسبابه، علاجه وسبل الوقاية منه.

■ اي واقع يعيشه مرضى السكري في لبنان والى اي حد وصلت نسبة الإصابة بهذا الداء؟ □ يعتبر داء السكري حالة منتشرة في لبنان كما تؤكد الدراسات العديدة التي اجريت في هذا المجال، على الرغم من اعتبارها محدودة في ما يخص العينات التي تجرى، والتي كان من المفترض ان تكون اكثر شمولية لتحديد عدد المصابين بهذا المرض بشكل دقيق، وقد كان من المفترض ايضا ان تكون اكثر تمثيلا للمناطق اللبنانية. لكن، ويا للأسف، بقيت الدراسات محصورة في مناطق محددة وهذا الامر غير مقبول علميا، لان القيام باي دراسة صحية يجب ان تكون شبيهة بالابحاث التي تجرى لمرض السرطان، اي بأن تكون وزارة الصحة هي المرجعية لمعلوماتنا. لكن المؤكد ان معدلات الإصابة بداء السكري في لبنان تتراوح ما بين 11 و17 في المئة، الامر الذي يعتبر من الارقام