

แม้บุคคลเหล่านี้ไม่มีอาการโรคเบาหวานชัดเจน ก็ควรหมั่นตรวจสอบ ถ้าระดับน้ำตาลอยู่ในข่ายสงสัย ก็ควรตรวจระดับพลาสมากลูโคสเป็นระยะทุก 1 ปี การวินิจฉัยโรคเบาหวานได้ ตั้งแต่ระยะเริ่มต้นและ ให้การรักษาควบคุมระดับน้ำตาลได้ดีจะชะลอการเกิด โรคแทรกซ้อนเรื้อรังได้ในทางตรงกันข้าม ผู้ป่วยที่ วินิจฉัยได้เมื่อมีอาการชัดเจน สามารถพบโรคแทรกซ้อน ได้ตั้งแต่แรกเนื่องจากอาจจะเป็นโรคเบาหวาน มานานแล้ว

เบาหวานมีกี่ชนิด

สามารถแบ่งได้เป็น

1. เบาหวานประเภทที่ 1 (เบาหวานชนิดพึ่ง อินซูลิน)
2. เบาหวานประเภทที่ 2 (เบาหวานชนิดไม่พึ่ง อินซูลิน)
3. เบาหวานจากสาเหตุอื่นๆ เช่น โรคของ ตับอ่อน โรคทางพันธุกรรม โรคเนื้องอกของต่อม หมวกไตที่สร้างฮอร์โมน
4. เบาหวานในหญิงตั้งครรภ์ ในประเทศไทย พบเบาหวานชนิดที่ 2 มากที่สุดประมาณร้อยละ 95

ตารางเปรียบเทียบความแตกต่างของ เบาหวานประเภทที่ 1 และประเภทที่ 2

เบาหวานประเภทที่ 1	เบาหวานประเภทที่ 2
* มักเกิดในคนอายุน้อย (น้อยกว่า 40 ปี)	* มักเกิดในคนอายุมากกว่า 40 ปี
* ผอม	* อ้วน
* ไม่สามารถผลิตอินซูลิน ได้ หรือผลิตได้เพียง เล็กน้อย	* ยังสามารถผลิตอินซูลิน ได้บ้าง หรือผลิตเป็น ปกติแต่การตอบสนอง ต่ออินซูลินลดลง
* มักเกิดอาการรุนแรง	* อาจมีอาการเล็กน้อย รุนแรงหรือไม่มีอาการ เลยก็ได้
* การรักษาจำเป็นต้องใช้ อินซูลินฉีด	* อาจรักษาโดยการควบคุม อาหารอย่างเดียว หรือรับประทานยาหรือ บางรายอาจต้องฉีด อินซูลิน

สาเหตุและโอกาสที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน

เบาหวานสืบทอดทางกรรมพันธุ์ได้ก็จริงแต่ผู้ที่มี ญาติสายตรง (พ่อ แม่ พี่ น้อง เป็นเบาหวาน) ไม่ จำเป็นต้องเป็นเบาหวานทุกคนมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ที่ ก่อให้เกิดโรคเบาหวาน ได้แก่

1. ความอ้วน ทำให้การตอบสนองของเนื้อเยื่อ ร่างกายต่ออินซูลินไม่ได้
2. ผู้สูงอายุการสังเคราะห์และการหลั่งฮอร์โมน อินซูลินลดลง
3. ตับอ่อนได้รับความกระทบกระเทือน
 - ตับอ่อนอักเสบ
 - อุบัติเหตุ
4. การติดเชื้อไวรัสบางชนิด หัด หัดเยอรมัน คางทูม มีผลต่อตับอ่อน
5. การได้รับยาบางชนิด สเตียรอยด์ ยาขับ ปัสสาวะ ยาคุมกำเนิดบางชนิดทำให้มีการสร้าง น้ำตาลมากขึ้น หรือการตอบสนองของอินซูลินไม่ได้
6. การตั้งครรภ์ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลง ฮอร์โมนจากรกหลายชนิดมีผลยับยั้งการทำงานของ อินซูลิน



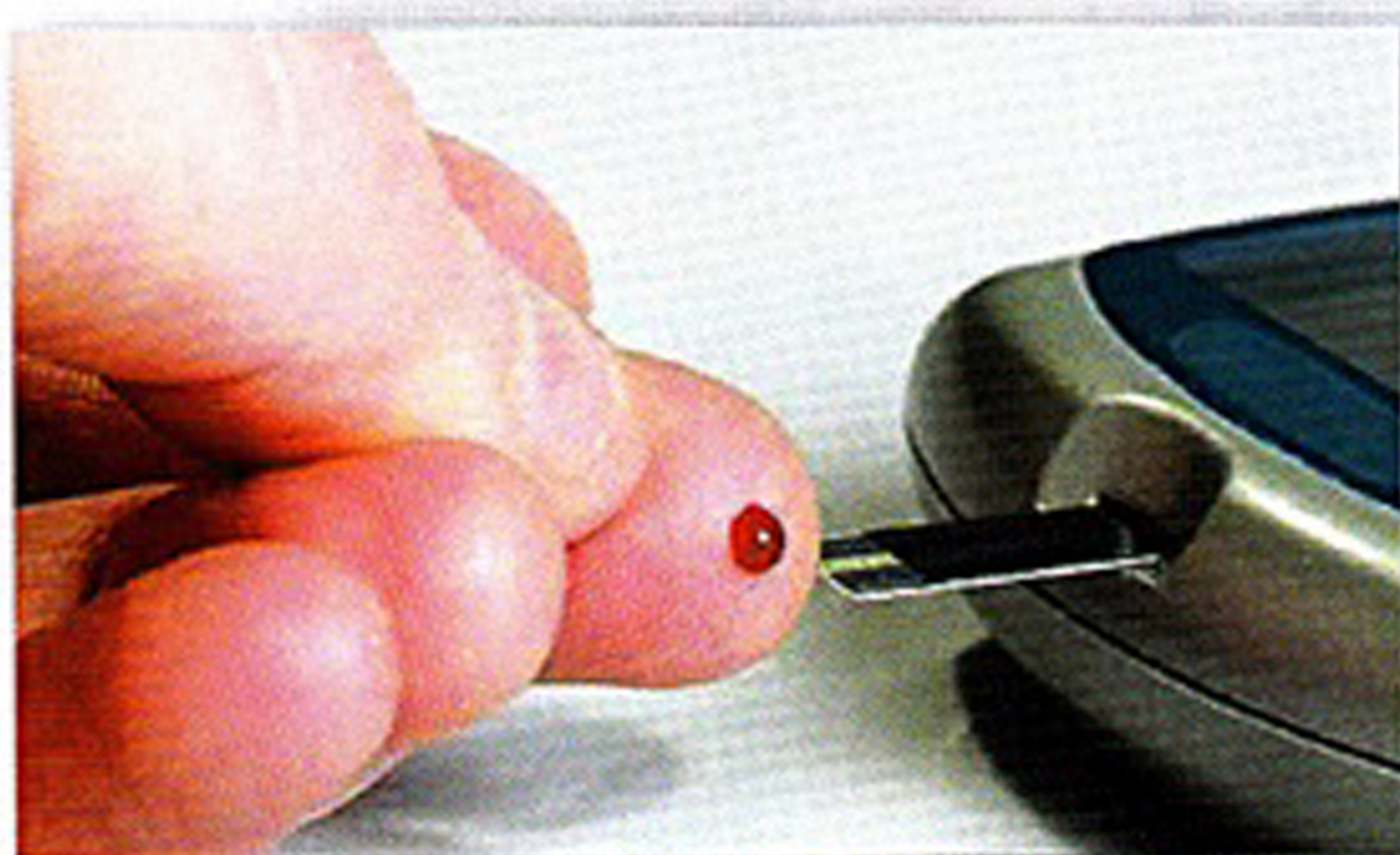
ความรู้ทั่วไปเรื่อง โรคเบาหวาน



งานสุขศึกษาและประชาสัมพันธ์
โรงพยาบาลท่าตม
www.Thatoomhsp.com

โรคเบาหวานคืออะไร

โรคเบาหวานเป็นภาวะที่ร่างกายมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงกว่าปกติ เกิดขึ้นเนื่องจากร่างกายไม่สามารถนำน้ำตาลในเลือดไปใช้ได้ตามปกติ ถ้าน้ำตาลในเลือดสูงอยู่เป็นเวลานานจะเกิดโรคแทรกซ้อนต่ออวัยวะต่างๆ เช่น ตา ไต และระบบประสาท

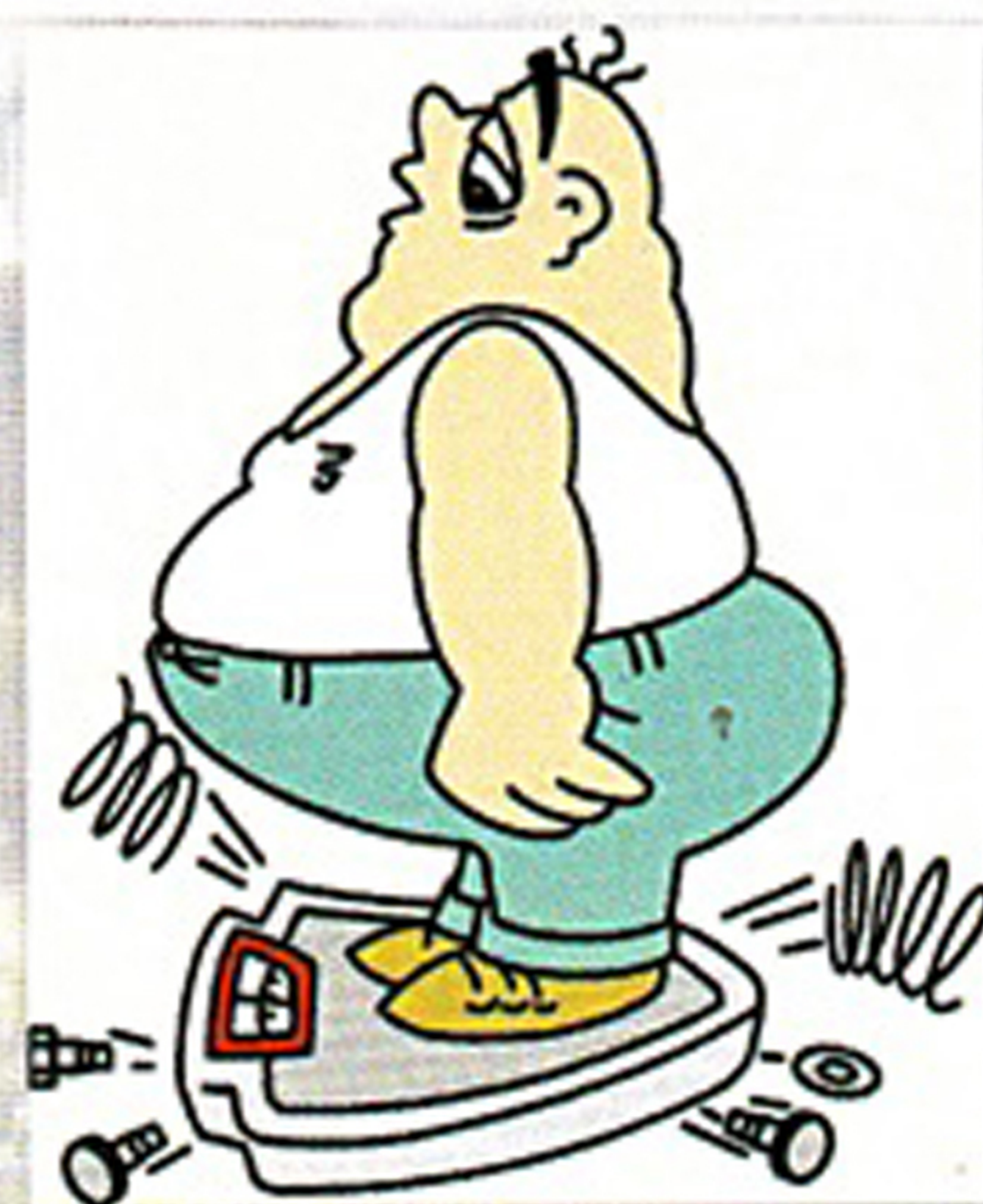


โรคเบาหวานเกิดได้อย่างไร

คนปกติเมื่อรับประทานอาหาร โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารประเภทแป้งจะถูกย่อยสลายเป็นน้ำตาลกลูโคสในกระเพาะอาหาร และดูดซึมเข้าสู่กระแสเลือด เพื่อใช้เป็นพลังงานของร่างกาย โดยต้องอาศัยฮอร์โมนจากตับอ่อน คือ อินซูลินเป็นตัวพาน้ำตาลกลูโคสเข้าสู่เนื้อเยื่อต่างๆ ของร่างกาย ดังนั้น ถ้าตับอ่อนสร้างฮอร์โมนอินซูลินไม่ได้ หรือสร้างได้ไม่พอเนื่องจากความต้องการอินซูลินเพิ่มขึ้นจากอินซูลินออกฤทธิ์ไม่ได้ดี ทำให้มีน้ำตาลในเลือดเหลือค้างมาก และมีระดับสูงกว่าปกติจึงเกิดอาการและอาการแสดงของโรคเบาหวาน

อาการของโรคเบาหวานมีอะไรบ้าง

คนปกติก่อนรับประทานอาหารเข้า จะมีระดับน้ำตาลกลูโคส 70-100 มก./ดล. หลังรับประทานอาหารแล้ว 2 ชม. ระดับน้ำตาลไม่เกิน 140 มก./ดล. ในผู้ป่วยเบาหวาน เมื่อระดับน้ำตาลสูงมากจนเกินความสามารถของไตในการกั้นมิให้น้ำตาลออกมาในปัสสาวะ (น้ำตาลกลูโคสในเลือดมากกว่า 180 มก./ดล.) จะมีน้ำตาลออกมากับปัสสาวะ ซึ่งจะดึงน้ำตามมาทำให้สูญเสียน้ำไปด้วยผู้ป่วยจึงมีอาการ **ปัสสาวะบ่อย และมาก ปัสสาวะกลางคืน คอแห้ง กระหายน้ำ ดื่มน้ำมาก มีอาการหิวบ่อย รับประทานอาหาร แต่น้ำหนักลด** เนื่องจากร่างกายเอน้ำตาลกลูโคสไปใช้เป็นพลังงานไม่ได้ มีการสลายพลังงานออกมาจากไขมัน และกล้ามเนื้ออ่อนเพลีย **ถ้าเป็นแผลจะหายยาก มีการคันตามผิวหนัง มีการติดเชื้อรา โดยเฉพาะอย่างยิ่งบริเวณช่องคลอดของผู้ป่วยเพศหญิง ขาปลายมือ ปลายเท้า ตามัว** ผู้ป่วยเบาหวานบางรายอาจไม่มีอาการชัดเจน แต่ระดับน้ำตาลที่สูงกว่าปกติเป็นระยะเวลานานๆ ก็สามารถทำให้เกิดโรคแทรกซ้อนเรื้อรังได้



ผู้ใดควรได้รับการตรวจเช็คเบาหวาน



1. ผู้มีอาการดังกล่าข้างต้น
2. ผู้ไม่มีอาการแต่อายุเกิน 40 ปี ถ้าตรวจแล้วปกติให้ตรวจทุก 3 ปี
3. ผู้ไม่มีอาการ แต่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน
4. ญาติสายตรงเป็นเบาหวาน
5. น้ำหนักจัดอยู่ในเกณฑ์โรคอ้วน ค่าดัชนีมวลกายมากกว่า 25 ซึ่งคำนวณจาก นน. (กก.) / ส่วนสูง (เมตร)²
6. เคยแท้งหรือบุตรตายตอนคลอด
7. คลอดบุตรน้ำหนักแรกคลอดมากกว่า 4 กก.
8. เคยเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์
9. หญิงตั้งครรภ์ทุกราย (อายุครรภ์อยู่ระหว่าง 24-28 สัปดาห์)
10. ผู้ที่มีโรคหลอดเลือดไม่ว่าจะเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ หรือโรคหลอดเลือดในสมองตีบ