

## مرض السكري

مرض السكري هو ارتفاع نسبة السكر بالدم ؛ بسبب خلل في إفراز غدة البنكرياس . ويصيب هذا المرض الأطفال والشباب في مقتبل العمر ، لكن كبار السن هم الأكثر عرضة للإصابة به . وقد تكفي الحمية الغذائية وتخفيض الوزن لعلاج بعض حالاته ، ويحتاج بعضها الآخر إلى الأدوية الخافضة للسكر أو الحقن بالأنسولين .

خلل : مشكلة

البنكرياس : اسم الغدة التي تُفرز الأنسولين

مقتبل العمر : سن الشباب

س ١ : حدّد مفهوم مرض السكري.

ارتفاع نسبة السكر في الدم بسبب خلل في إفراز غدة البنكرياس.

س ٢ : ما الفئة الأكثر عرضة للإصابة بمرض السكري ؟

كبار السن

س ٣ : من خلال الفقرة الأولى ، كيف يتم علاج بعض حالات مرض

السكري ؟

قد تكفي الحمية الغذائية وتخفيض الوزن لعلاج بعض حالاته ، ويحتاج بعضها الآخر إلى الأدوية الخافضة للسكر أو الحقن بالأنسولين .

س ٤ : ما الفكرة الرئيسية في الفقرة السابقة ؟

الحديث عن مفهوم مرض السكري

## منتدى معلمي الاردن

الأستاذ إبراهيم حجاج

ويرجع الاهتمام بمرض السكري إلى كثرة انتشاره وخطورة مضاعفاته التي قد تصل إلى حد الإصابة بالجلطات . ويزيد الأمر صعوبة أن المرض في أوله صامت خفي من غير أعراض ، وكثيرا ما يكشف صدفة عند فحص سكر الدم لسبب ما .

وللسكري أعراض عديدة ، منها : عرضان رئيسان يظهران لدى أغلب المرضى ، هما الظمأ المستمر ، وكثرة التبول ، ومن أعراضه الأخرى : الضعف العام ، تناقص الوزن ، وضعف الرؤية ، وبطء التئام الجروح ، والالتهابات المتكررة ، وتنميل القدم واليد . ولهذا ، يجب استشارة الطبيب في حال وجود عرض أو أكثر من الأعراض الأنفة الذكر ، و إذا ثبتت الإصابة بالمرض فلا بد من عمل فحص دوري لمتابعة الحالة والسيطرة عليها .

أعراض : علامات

الظمأ : العطش

التئام : شفاء

تنميل القدم : عدم القدرة على تحريكها مؤقتا

الأنفة : السابقة

دوري : مكرر

س ١ : بيّن سبب الاهتمام بمرض السكري .

ويرجع الاهتمام بمرض السكري إلى كثرة انتشاره وخطورة مضاعفاته التي قد تصل إلى حد الإصابة بالجلطات

س ٢ : ما أكثر الأمور صعوبة في مرض السكري ؟

أن المرض في أوله صامت خفي من غير أعراض ، وكثيرا ما يكشف صدفة عند فحص سكر الدم لسبب ما .

## منتدى معلمي الاردن

الأستاذ إبراهيم حجاج

س ٣ : عدّد أعراض السُّكْرِيِّ الرئيسيّة والثانويّة الواردة في النّصّ.

الأعراض الرئيسيّة: الظمأ المستمر، وكثرة التبول.

الأعراض الثانويّة: الضعف العام، وتناقص الوزن، وضعف الرؤية، وبطء التئام الجروح، والالتهابات المتكررة، وتتميل القدم واليد.

س ٤ : ماذا يفعل المريض إذا ثبت إصابته بمرض السكري ؟

لا بد له من عمل فحص دوري لمتابعة الحالة والسيطرة عليها .

س ٥ : ما الفكرة الرئيسيّة في الفقرة السابقة ؟

الحديث عن أعراض مرض السكري

ولعل السمنة من أهم أسباب الإصابة بهذا المرض ، فأغلب مرضى السكري يعانون أصلاً زيادة في الوزن ، إضافة إلى أسباب أخرى ، منها : الخمول ، وقلة ممارسة الرياضة ، ورداءة النمط الغذائي السائد ، والإكثار من تناول الوجبات السريعة .

ومما يشار إليه أن مرض السكري سبب في كثير من حالات دخول المستشفيات في المملكة الأردنية الهاشمية ؛ مما يتطلب تكثيف الجهود الوقائية ، وتوعية أفراد المجتمع بخطورة هذا المرض وأسبابه وكيفية الوقاية منه ، وتوجيههم إلى التزام العادات الغذائية السليمة ، وكثرة ممارسة الرياضة ، ولا سيما رياضة المشي ، وإصدار النشرات التي تسهم في نشر الوعي ، ومن ثم ، الحد من الانتشار المرض وتقليل عدد المصابين به

الخمول : قلة الحركة

السائد : المنتشر

تكثيف : تركيز

لا سيما : خاصة

## منتدى معلمي الاردن

الأستاذ إبراهيم حجاج

الوعي : الإدراك

س ١ : ما السبب الرئيس للإصابة بمرض السكري  
السمنة

س ٢ : اذكر ثلاثة من أسباب الإصابة بمرض السكري.

السمنة، والخمول، وقلة ممارسة الرياضة، ورداءة النمط الغذائي السائد،  
والإكثار من تناول الوجبات السريعة.

س ٣ : كيف يمكننا الحد من انتشار المرض ؟

هذا يتطلب تكثيف الجهود الوقائية ، وتوعية أفراد المجتمع بخطورة هذا  
المرض وأسبابه وكيفية الوقاية منه ، وتوجيههم الى التزام العادات  
الغذائية السليمة ، وكثرة ممارسة الرياضة ، ولا سيما رياضة المشي ،  
وإصدار النشرات التي تسهم في نشر الوعي

س ٤ : ما الفكرة الرئيسة في الفقرة الأخيرة.

الوقاية من مرض السكري.

الأستاذ إبراهيم حجاج