

اعتلال الأعصاب من السكري

يسمى تلف الأعصاب الناجم عن مرض السكري "اعتلال الأعصاب"، ويحدث عندما تكون هناك خسارة تدريجية في الإحساس. يصيب اعتلال الأعصاب عادة السيقان والأقدام، وأحياناً يصيب الأذرع والأيدي. إن السبب الأكثر شيوعاً لمرض اعتلال الأعصاب لدى الأشخاص المصابين بالسكري هو وجود مستويات من سكر الجلوكوز في الدم بدون أي تحكم فيها أو ضبط لها.



أكثر الأعراض شيوعاً
لمرض اعتلال الأعصاب
هي وجود إحساس
غير طبيعي في الساقين
والقدمين، ويمكن أن
تشمل ما يلي:

- آلام حادة، تنطلق من موقع لآخر
- آلام حارقة
- آلام كالوخز
- إحساس يشبه الوخز بالدبابيس
- آلام تشبه خفقان النبض
- خدر (عدم القدرة على الإحساس بالألم، أو الحرارة، أو البرودة بشكل صحيح)

من التقرح أو التلف وهذا من شأنه أن يؤدي إلى تكون جروح تزيد من الضرر الحاصل للقدم. كما أن الأشخاص المصابين بمرض اعتلال الأعصاب قد يتسببون في المزيد من الضرر لأقدامهم نتيجة ارتدائهم أحذية غير مناسبة أو المشي على أشياء مثل مسمار صغير أو قطعة زجاج بدون أن يشعروا بذلك.

يمكنك تجنب بعض الآثار الجانبية الممكنة لمرض اعتلال الأعصاب - مثل تقرحات القدم الناتجة عن السكري - وذلك باستعمال أحذية مناسبة مصممة خصيصاً لتناسب مقاس قدمك، وتفحص قدميك على الأقل مرة كل يوم (يمكنك استعمال مرآة إذا لم تكن قادراً على أن ترى أسفل القدم) والقيام فوراً بزيارة أخصائي الرعاية الصحية المشرف عليك إذا لاحظت أي شيء غير عادي.

إن مرض اعتلال الأعصاب يضع أمامك الكثير من التحديات والمتاعب. ولكن، عندما تتخذ الخيارات الصحيحة فإنه يمكنك أن تحمي قدميك وتتمتع بالحياة إلى أقصى حد!

سيقوم أحد أخصائيي الرعاية الصحية بفحص مدى الإحساس في أعصاب قدمك وذلك باستعمال خيط رفيع (monofilament) وهو عبارة عن (قطعة قصيرة من النايلون - مثل شعر فرشاة الشعر - موضوعة على عود من الخشب). إذا كنت مصاباً بمرض السكري، يجب أن يقوم أخصائي العناية الصحية بفحص قدميك بانتظام.

ويجب بالضرورة أن يعرف ما إذا كنت مصاباً باعتلال الأعصاب لأنه، مع استعمال الأحذية المناسبة والمراقبة الدائمة لحالة قدميك، يمكنك تجنب بعض النتائج السلبية لمرض اعتلال الأعصاب، مثل تقرحات القدم الناتجة عن السكري.

إن الأشخاص الذين يتمتعون بإحساس طبيعي في القدمين يتحركون باستمرار من أجل رفع الضغط عن القدمين وتجنب وضع الضغط على مناطق قد تسبب الألم في القدمين. ولكن الأشخاص الذي لا يتمتعون بإحساس طبيعي سيواصلون المشي على مناطق في القدم تعاني

إذا أردت المزيد من المعلومات المفيدة عن العناية بالقدم، يرجى زيارة موقع الإنترنت www.cawc.net/index.php/public/feet