

داء السكري في المملكة العربية السعودية

أظهرت الأبحاث أن عدد مرضى داء البول السكري في المملكة العربية السعودية يتزايد بشكل مخيف، وقد وصلنا كشعب إلى الحد الذي أصبح فيه هذا المرض يعتبر في حكم الوباء . والسبب في ذلك الانتشار المخيف أن معظم أفراد الشعب السعودي لا يفهمون حقيقة هذا المرض ولا عواقبه ، حيث أن ضعف مراقبة داء البول السكري تؤدي إلى العديد من المضاعفات التي تتطلب التنويم بالمستشفى، بل وقد تتطلب في بعض الأحيان إجراءات حادة وقاسية للمحافظة على حياة المريض . ولا يدرك البعض أن هذا المرض يمكن الوقاية منه وكذلك التعامل معه عند تشخيصه . وعلى الرغم من أن داء البول السكري هو مرض مزمن ومزعج، إلا أنه يمكن التحكم فيه وعيش حياة طبيعية عند فهم طبيعته وكيفية التعامل معه.

وتعتبر السمنة ونمط الحياة الخاملة مؤشرات للنوع الثاني من داء البول السكري، حيث أن هذين العاملين ينظر إليهما في المملكة العربية السعودية كأمر عادي بسبب انتشارهما بنسبة كبيرة، على الرغم من إمكانية الوقاية والتخلص منهما بسهولة. وفي دراسة عن السمنة في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية، أشار الدكتور راشد إلى أن السمنة بين الإناث، وبخاصة في الفئة العمرية أكبر من 40 سنة، قد بلغت مستويات وبائية، حيث وجد أن 78,4% من هذه المجموعة تفرط في تناول الغذاء، بينما وجد في المجموعات الأصغر أن ما يصل إلى 30-40% كانوا مصابين بزيادة الوزن أو بالسمنة (زيادة الوزن، 1996). وحيث أن هذه الأرقام تعتبر عالية للغاية، ولهذا فلن يكون مستغرباً ارتفاع نسب الأمراض المرتبطة بالسمنة، مثل داء البول السكري.

وفي مقال بعنوان "لقد حان الوقت لإعلان الحرب على داء السكر" (1996)، توصل المؤلف في بحثه إلى أن واحد من بين كل خمسة أشخاص سعوديين في عمر 30 سنة مصاب بالسكري. وهذه دلالة ليست مباشرة بالخير لشبابنا عند وصولهم إلى هذه السن، وبخاصة وأن داء البول السكري هو حالة مزمنة تؤثر على الأشخاص في متوسط العمر وكبار السن الذين هم معرضون للسكتات والنوبات القلبية .

وأشار دكتور أوس الزيد في مقالته إلى أن "ما نشهده اليوم هو قمة جبل الثلج فقط من وباء داء البول السكري"، ويتساءل الزيد قائلاً، "ما الذي يجب علينا جميعاً فعله كاختصاصيين اكل نيكيبين وعلماء لمواجهة تحدي داء البول السكري وتقليص مدى ما يحدثه من دمار؟ " لقد شجع هذا التساؤل البعض على تقديم المساعدة لتغيير هذا الواقع.

علينا تغيير مواقفنا : وبخاصة تلك التي تعتبر أن وجود حالة مرضية خطيرة أكثر أهمية وتركها تهيمن على أهمية ضبط مستويات الجلوكوز . ولسبب ما فإن داء البول السكري يعتبر رفيق غير مؤذٍ ولا يستحق الاهتمام والرعاية . وكأشخاص محترفين فإننا ندرك أن داء البول السكري هو مرض ضار ويؤدي إلى مضاعفات طبية خطيرة، وأنه يشكل حالة حرجة ويجب أن ينظر إليه الجميع كحالة خطيرة تستحق الاهتمام .

وما هو هام للغاية هنا أن نقوم بعمل تغيير ما، وهذا التغيير سيحدث عندما نتمكن - كأشخاص محترفين - من تثقيف مجتمع المصابين بداء البول السكري فيما يتعلق بمرضهم ومساعدتهم على التغلب على المفاهيم الخاطئة عن كيفية العلاج . وكتب دكتور الزيد عن أن تنوير المريض أو المريضة وأسرته أو أسرتها عن الغذاء والتمارين الرياضية والعناية بالقدمين، على سبيل المثال، الأمر الذي يمكن أن يشكل السبيل الأمثل والطريقة الأكثر فاعلية لمعالجة داء البول السكري والوقاية من المضاعفات طويلة الأجل التي تصاحبه (1996).

وفي مسعى لتفعيل هذه التغييرات المقترحة فإن علينا كمجتمع تشجيع العاملين في الحقل الطبي على تشجيع وجود فهم أفضل لهذا المرض . ونوصي بتنظيم فصول تثقيف صحي يشارك فيها المرضى في تنظيم معالجاتهم ومكافحة كافة المفاهيم والمواقف الخاطئة . ونوصي بشدة كذلك بتنظيم فصول عن التغذية، حيث أنها يمكن أن تساعد على إيجاد فهم أفضل للكيفية التي يتوجب على مريض السكر تناول غذائه بها مع ضبط مستوى السكر في الدم . علينا كشعب توحيد جهودنا والانطلاق لمكافحة هذا الوباء الذي يتزايد يوماً بعد يوم .