

دیابت و بیماری‌های قلبی و عروقی

آنچه بیماران و خانواده آن‌ها باید بدانند

تألیف:

دکتر بهروز منجدی

فوق تخصص جراحی قلب و عروق دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد

دکتر مهدی کهرم

فوق تخصص جراحی قلب و عروق استادیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد

انجمن تحقیقات قلب-عروق دانشگاه علوم پزشکی مشهد



سرشناسه	: کهرم، مهدی، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	: دیابت و بیماری‌های قلبی و عروقی: آنچه بیماران و خانواده آن‌ها باید بدانند/ تالیف مهدی کهرم، بهروز متحدی؛ برای انجمن تحقیقات قلب عروق دانشگاه علوم پزشکی مشهد.
مشخصات نشر	: مشهد: واژگان خرد: زوار رضا، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۰۰ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-600-887837-7
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
عنوان دیگر	: آنچه بیماران و خانواده آن‌ها باید بدانند.
موضوع	: دیابت - عوارض و عواقب قلبی
موضوع	: دیابت - درمان
موضوع	: انسولین - رابطه مقدار و تاثیر
شناسه افزوده	: متحدی، بهروز، ۱۳۴۳ -
شناسه افزوده	: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مشهد. مرکز تحقیقات قلب و عروق
ردمبندی کنگره	: RC۶۸۵
ردمبندی دیویی	: ۶۱۶/۱۲۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۰۰۶۹۳۵

انتشارات واژگان خرد - انتشارات زوار رضا
 مشهد، احمدآباد، بلوار ملاصدرا، حدفاصل ۱۰ و ۱۲ ساختمان
 مهدی، طبقه ۳، واحد ۳۰۲ تلفن: ۳۹ - ۰۵۱۳-۸۴۷۶۳۳۸



نام کتاب: دیابت و بیماری‌های قلبی و عروقی: آنچه بیماران باید بدانند

تألیف: دکتر بهروز متحدی، دکتر مهدی کهرم

ویراستاری ادبی: مهران متحدی، دانشجوی پزشکی

شمارگان: ۳۰۰ جلد، رقعی

نوبت چاپ: زمستان ۱۳۹۹

چاپ: ایما

شابک: 978-600-8878-37-7

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

بر اساس قوانین حقوق مؤلفین و مصنفین، کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به ناشرین بوده و هرگونه برداشت غیرمجاز از آن پیگرد قانونی به دنبال خواهد داشت.

فهرست

مقدمه ۷

فصل ۱. بیماری‌های قلبی - عروقی ۹

بیماری‌های قلبی - عروقی ۱۰

علل افزایش شیوع بیماری‌های قلبی - عروقی در ایران: ۱۱

عوامل مؤثر در بروز بیماری‌های قلبی - عروقی ۱۲

فصل ۲. ارتباط دیابت با بیماری‌های قلبی - عروقی ۱۷

ارتباط فشار خون بالا با دیابت نوع ۲ ۱۹

فصل ۳. دیابت ۲۱

دیابت شیرین (قندی) ملیتوس ۲۲

علت افزایش شیوع دیابت ۲۳

قند خون ۲۳

علائم و نشانه‌های دیابت قندی ۲۳

روش‌های تشخیص دیابت ۲۴

سایر تعاریف درباره اختلالات قند خون ۲۶

انواع دیابت قندی ۲۷

دیابت اولیه ۲۸

دیابت ثانویه ۲۸

دیابت نوع ۱ ۲۹

۳۰	دیابت نوع ۲
۳۱	علت بروز دیابت نوع ۲
۳۲	مرگ‌ومیر ناشی از دیابت
۳۲	علت افزایش شیوع دیابت نوع ۲
۳۳	دیابت بارداری
۳۳	هورمون‌ها
۳۷	درمان دیابت مادران باردار دیابتی
۳۷	درمان دیابت در دوران شیردهی
۳۸	عوارض دوران بارداری (مادران مبتلا به دیابت)
۳۸	چگونگی کنترل چشم
۳۹	نوروپاتی دیابتی
۳۹	پروتئین اوری بالا
۳۹	کتو اسیدوز دیابتی

۴۱	فصل ۴. عوارض دیابت
۴۳	کمای هیپراسمولار
۴۳	علت بروز کمای هیپراسمولار
۴۴	هیپوگلیسمی
۴۶	درمان هیپوگلیسمی
۴۶	هایپرگلیسمی
۴۷	درمان هایپرگلیسمی
۴۷	عوارض دیررس دیابت
۴۸	اثر دیابت بر چشم
۵۱	سکته قلبی
۵۱	آرترو اسکلروز
۵۱	فشارخون بالا

۵۱	 سکنه مغزی
۵۳	 فصل ۵. پیشگیری و درمان بیماری دیابت
۵۴	 رژیم غذایی سالم
۵۷	 ورزش و فعالیت بدنی
۶۳	 چه مقدار ورزش کافی است؟
۶۳	 بهترین زمان ورزش برای دیابتی‌ها
۶۴	 درمان دارویی
۶۷	 فصل ۶. چگونگی تولید انسولین و عمل آن در بدن
۷۰	 انواع انسولین
۷۰	 انسولین سریع‌الاث‌ر
۷۰	 انسولین کوتاه‌ا‌ثر (رگولار)
۷۱	 انسولین متوسط‌ا‌ثر (ان پی ای)
۷۲	 انسولین طولانی‌ا‌ثر
۷۲	 انواع وسایل تزریق انسولین
۷۵	 بهترین محل‌ها جهت تزریق انسولین
۷۶	 سرعت جذب انسولین
۷۷	 شیوه نگهداری از انسولین
۷۹	 تزریق انسولین با استفاده از سرنگ
۸۳	 استرس
۸۴	 ۱- دستگاه عصبی
۸۴	 ۲- دستگاه غدد درون ریز
۸۴	 ۳- دستگاه ایمنی بدن
۸۷	 خواب خوب
۸۹	 درمان استرس

مقدمه

یکی از مهم‌ترین علل مرگ‌ومیر در جهان و ایران، بیماری دیابت و عوارض ناشی از آن، از جمله بیماری‌های قلبی-عروقی است که اصلی‌ترین علت مرگ در جهان و اولین عامل مرگ در کشورمان محسوب می‌شود. دیابت به‌عنوان یک عامل خطر ساز بیماری‌های قلبی-عروقی، نقش برجسته‌ای در میزان مرگ‌ومیر دارد و در واقع علت عمده مرگ‌ومیر بیماران دیابتی مربوط به بیماری‌های قلبی-عروقی است. دیابت علاوه بر اختلالات حاد، باعث بروز عوارض مزمن در چشم‌ها، اعصاب، عروق خونی، قلب و اندام‌ها و در نهایت موجب ناتوانی و مرگ زودرس در عده زیادی از بیماران می‌شود. به‌منظور آشنایی بیماران گرامی و خانواده آنان با بیماری قلبی-عروقی و دیابت، کتاب حاضر تقدیم می‌شود. امیدواریم که مورد پسند و فایده واقع شود. لازم می‌دانیم از زحمات خانم زوار رضا تشکر و قدردانی به‌عمل آوریم.

با احترام

دکتر بهروز متحدی-دکتر مهدی کهرم