



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل

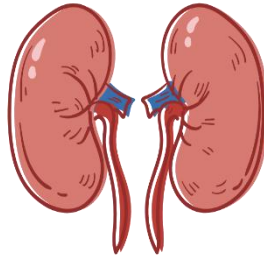
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي

King Fahad Hospital The University

مرض الكلى السكري

Diabetic kidney disease



ما هو مرض الكلى السكري؟

السبب الأكثر شيوعاً للإصابة بأمراض الكلى هو **مرض السكري**. فمن بين كل ثلاثة أشخاص مصابين بالسكري يصاب شخص واحد بمرض الكلى السكري.

تتمثل الوظيفة الرئيسية للكلى في إخراج الفضلات من الدم، كما أنها تساعد في تنظيم ضغط الدم وإفراز بعض الهرمونات، مثل: الإريثروبويتين الذي يساعد في تحفيز إنتاج خلايا الدم الحمراء.

يتسبب **مرض السكري** عادة في تلف الكلى على مدى فترة طويلة من الزمن. لذلك عندما تتلف الكلى، لن تكون قادرة على تصفية الدم، مما يؤدي إلى تراكم الفضلات النيتروجينية في الجسم، لذلك هناك بعض الإجراءات التي يمكنك من الوقاية وتأجيل ظهور أمراض الكلى مثل الحمية والتمارين الرياضية.

كيف يمكن أن يضر مرض السكري بالكليتك؟

يؤدي ارتفاع نسبة السكر في الدم إلى تلف الأوعية الدموية، مما يؤثر على شرايين الكلى، وذلك سيؤدي إلى عدم قدرة الكلى على تصفية الدم بالشكل المطلوب.



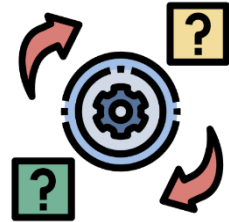
ما هي العوامل المؤثرة التي تزيد من فرصتك في

الإصابة بمرض الكلى السكري؟

ترتبط زيادة فترة الإصابة بمرض السكري بتدهور وظائف الكلى، خاصةً عندما لا يتم التحكم في مستوى السكر في الدم وضغط الدم.

ترتبط العوامل المؤثرة التالية أيضًا بتدهور أمراض الكلى:

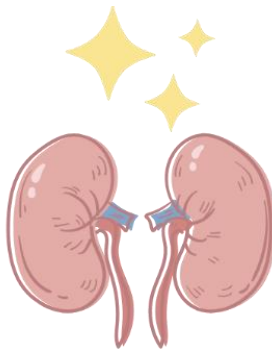
- عدم اتباع النظام الغذائي الصحي المتعلق بمرض السكري.
- تناول كميات كبيرة من الملح.
- البدانة.
- الخمول البدني وعدم ممارسة النشاط البدني.
- التدخين.
- وجود تاريخ عائلي بالإصابة بالفشل الكلوي.



كيف تعرف إذا كنت مصابًا بمرض الكلى السكري؟

لا تظهر أي أعراض على معظم المصابين بمرض الكلى السكري. يجب عليك عمل الفحوصات بانتظام من قبل طبيبك. يتم تقييم وظائف الكلى ببساطة عن طريق اختبارات مثل اختبارات الدم والبول، والتي تقيس بشكل أساسي عدد البروتينات المفقودة في البول.

إذا كنت مصابًا بداء السكري من النوع الثاني أو كنت مصابًا بداء السكري من النوع الأول لأكثر من 5 سنوات، فيجب عليك القيام بفحوصات وظائف الكلى مرة سنويًا.



كيف يمكنك منع تلف الكلى إذا كنت مصابًا بداء

السكري؟

- المحافظة على مستوى السكر في الدم.
- المحافظة على ضغط الدم.
- تناول أدويةك حسب توجيهات طبيبك.
- اتباع حمية غذائية متوازنة.
- الحفاظ على وزن صحي.
- القيام بالتمارين الرياضية.



المصادر والمراجع:

Disease, D. and Health, N. (2022) *Diabetic Kidney Disease / NIDDK, National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases.*

جميع الصور التوضيحية من Canva.com

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريي أمراض الكلى
بمستشفى الملك فهد الجامعي.

قسم أمراض الكلى
وحدة التوعية الصحية
IAU-22-374



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University