



تاریخ	۲۵
آبان	
۱۴۰۱	
چهارشنبه	

## هر شماره؛ معرفی یک موضوع در حوزه سلامت از جنبه‌های مختلف این شماره: دیابت نوع ۲

### سلامت

صفحه

۶

شماره

۳۵۰۳

سال  
بیست و هشتم

### علت اساسی بروز دیابت نوع ۲



انسولین را حتی در حضور سطوح بالای گلوکز خون پایدار نگه دارد. نکته قابل توجه این است که این یافته تا حدودی غیر شهودی است. محققان نشان دادند که با مهار آنزیمی به نام گلوکوکیناز (glucokinase)، می‌توان مانع از انجام فرآیند متابولیسم گلوکز شد و این کار باعث بهبود ترشح انسولین در حیوانات می‌شود. فرانسویس اشکرافت، محقق دیگری که روی این مطالعه کار می‌کند، می‌گوید: این یافته با آنچه پیش از این برای درمان دیابت نوع ۲ آزمایش شده بود، تفاوت دارد. اشکرافت خاطر نشان کرد: از آنجایی که متابولیسم گلوکز به طور معمول ترشح انسولین را تحریک می‌کند، پیش از این فرضیه‌ای وجود داشت که بیان می‌کرد افزایش متابولیسم گلوکز باعث افزایش ترشح انسولین در دیابت نوع ۲ می‌شود اما فعال کننده‌های گلوکوکیناز نتایج متفاوتی نشان دادند. داده‌های ما نشان می‌دهد که فعال کننده‌های گلوکوکیناز می‌توانند اثر نامطلوبی داشته باشند و تا حدودی به صورت غیر شهودی، یک مهار کننده گلوکوکیناز ممکن است استراتژی بهتری برای درمان دیابت نوع ۲ باشد.

اشکرافت تاکید می‌کند که این یافته‌ها هنوز در مراحل مقدماتی هستند، بنابراین قبل از اینکه این نوع رویکرد درمانی به استفاده بالینی برسد، تحقیقات بیشتری باید انجام شود. اما این یافته مهم به بازنگری نحوه تفکر ما در مورد ایجاد راه‌های جدید برای درمان دیابت نوع ۲ می‌انجامد. اشکرافت افزود: این نتایج، روش بالقوه‌ای را نشان می‌دهد که در آن ممکن است بتوان کاهش عملکرد سلول‌های بتا در دیابت نوع ۲ را کند یا از آن جلوگیری کرد.

### دیابت نوع ۲ چیست و چه علائمی دارد؟



به گزارش سایت کلینیک دیابت، دیابت نوع ۲ رایج ترین نوع دیابت است. این یک بیماری مزمن است که در آن دیگر نمی‌توان گلوکز (قند) خون را تنظیم کرد. این دو دلیل دارد. ابتدا سلول‌های بدن در برابر انسولین مقاوم می‌شوند. انسولین مانند یک کلید کار می‌کند تا گلوکز (قند خون) از خون خارج شود و به سلول‌هایی که در آن به عنوان سوخت برای انرژی استفاده می‌شود، وارد شود. وقتی سلول‌ها به انسولین مقاوم می‌شوند، انتقال قند به سلول‌ها به انسولین بیشتری نیاز دارد و قند زیادی در خون باقی می‌ماند. با گذشت زمان، اگر سلول‌ها به انسولین بیشتر و بیشتری احتیاج داشته باشند، لوزالمعده نمی‌تواند انسولین کافی برای ادامه کار ایجاد کند و با شکست مواجه می‌شود.

**انسولین چگونه کار می‌کند؟**  
انسولین هورمونی است که به بدن اجازه می‌دهد از گلوکز به عنوان سوخت به طور موثر استفاده کند. بعد از تجزیه کربوهیدرات‌ها به قندهای معده، گلوکز وارد گردش خون می‌شود و لوزالمعده را تحریک می‌کند تا انسولین را به مقدار مناسب آزاد کند. انسولین به سلول‌های بدن اجازه می‌دهد تا گلوکز را به عنوان انرژی جذب کنند.

**مقاومت به انسولین چیست؟**  
در دیابت نوع ۲، سلول‌های بدن نمی‌توانند به درستی گلوکز را بگیرند و منجر به سطح بالای گلوکز در خون می‌شوند. مقاومت به انسولین به این معنی است که اگرچه بدن می‌تواند انسولین تولید کند، اما سلول‌های بدن به انسولین ساخته شده واکنش مناسبی نشان نمی‌دهند. با گذشت زمان، پانکراس میزان انسولین تولید شده را کاهش می‌دهد.

**علائم و نشانه‌های دیابت نوع ۲ چیست؟**  
دیابت نوع ۲ بدون توجه به سن می‌تواند همه افراد را درگیر کند. این نوع دیابت طی سالها به تدریج ایجاد می‌شود، بنابراین علائم و نشانه‌ها خفیف هستند؛ بنابراین ممکن است افراد مبتلا حتی از ابتلا به این بیماری اطلاع نداشته باشند. تخمین زده می‌شود از هر سه نفر در مراحل اولیه دیابت نوع ۲، یک نفر از ابتلا به آن مطلع نیستند. شایعترین علائم دیابت نوع دو عبارتند از:

**تشنگی**  
اگرچه افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ ممکن است علائم خاصی نداشته باشند، اما افزایش تشنگی یکی از علائم مشخصه این بیماری است. تشنگی بیشتر می‌تواند علائم دیگری مانند تکرر ادرار، احساس گرسنگی غیرمعمول، خشکی دهان و افزایش یا کاهش وزن را همراه داشته باشد.

**سردرد**  
علائم دیگری که می‌تواند در صورت ادامه سطح قند خون بالا بروز کند، خستگی، تاری دید و سردرد است.

**عفونت‌ها**  
غالباً، دیابت نوع ۲ تنها پس از آشکار شدن پیامدهای منفی آن در سلامتی شناسایی می‌شود. برخی از عفونت‌ها و زخم‌هایی که مدت زمان طولانی بهبود می‌یابند علائم هشدار دهنده هستند. سایر علائم احتمالی شامل عفونت مکرر مخمر، عفونت ادراری و خارش پوست است.

**اختلال عملکرد جنسی**  
مشکلات جنسی می‌تواند در نتیجه دیابت نوع ۲ رخ دهد. از آنجا که دیابت می‌تواند به عروق و اعصاب اندام‌های جنسی آسیب برساند، کاهش احساس می‌تواند ایجاد شود، به طور بالقوه منجر به مشکلات ارگاسم می‌شود. خشکی واژن در زنان و ناتوانی جنسی در مردان به ویژه اختلال نعوظ، از دیگر عوارض دیابت است. برآوردها نشان می‌دهد که بین ۳۵ تا ۷۰ درصد مردان مبتلا به دیابت در نهایت از ناتوانی جنسی رنج می‌برند. آمار برای زنان نشان می‌دهد که حدود یک

دیابت نوع ۲ با توجه مجدد به تغییر رفتارهای سبک زندگی قابل برگشت است. دیابت نوع ۲ ناشی از ترکیبی از ژنتیک و عادات ناسالم در زندگی است. برخی از گروه‌های قومی میزان ارثی بالاتری از آن را دارند. آمریکایی‌های آفریقایی تبار، لاتین، بومی آمریکایی، آمریکایی آسیایی و جزیره ای از اقیانوس آرام همه در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

سایر علل عبارتند از: عادات ناسالم در زندگی، به عنوان مثال، اگر: مقدار زیادی قند و کربوهیدرات بخورید، غذاهایی را با شیرین کننده‌های مصنوعی بخورید یا بنوشید ورزش کافی نداشته باشید

تحت استرس مزمن و شدید قرار دارند

**چه تفاوتی بین دیابت نوع ۱ و ۲ وجود دارد؟**  
اگر نوع ۲ دارید، می‌توانید با رژیم غذایی، ورزش و داروهای خوراکی که باعث حساسیت بیشتر بدن به انسولین می‌شوند و یا به ترشح انسولین بیشتری در لوزالمعده کمک می‌کنند، سطح بالای قند خون را کاهش دهید.

در دیابت نوع ۱، لوزالمعده نمی‌تواند انسولینی ایجاد کند و افراد برای کاهش قند خون مجبور به تزریق انسولین هستند.

با گذشت زمان، افراد مبتلا به نوع ۲ نیز می‌توانند به انسولین نیاز داشته باشند. این اتفاق زمانی می‌افتد که پانکراس "فرسوده شود".

**چه کسانی در خطر دیابت نوع ۲ قرار دارند؟**  
برخی از عوامل خطر دیابت مرتبط با شیوه زندگی هستند و می‌توان آنها را کنترل کرد؛ از جمله:

سیگار کشیدن

اضافه وزن یا چاقی، خصوصاً افزایش دور کمر کم تحرکی

مصرف رژیم غذایی حاوی گوشت فرآوری شده، چربی، شیرینی و گوشت تصادفی قند خون بیش از ۲۵۰ میلی گرم در دسی لیتر

### دیابت نوع ۲ چیست؟

اکثر مردم می‌دانند که دو نوع دیابت وجود دارد، اما همه تفاوت بین آنها را درک نمی‌کنند. در دیابت نوع ۱ و ۲، سطح قند خون می‌تواند بسیار بالا رود، زیرا بدن انسولین (هورمون تنظیم قند خون) تولید نکرده یا به درستی از انسولین استفاده نمی‌کند.

اگرچه به ظاهر مشکل در هر دو نوع دیابت یکسان است، اما علل و درمان‌های متفاوتی دارند. در دیابت نوع ۲، برخلاف نوع ۱ بدن هنوز مقدار کمی انسولین تولید می‌کند، اما این مقدار به اندازه کافی موثر نیست. لوزالمعده نمی‌تواند با سطوح بالای قند خون ناشی از رژیم غذایی نامناسب و کم تحرکی هماهنگ شود. علاوه بر این، برخی از افراد مبتلا به دیابت نوع دو در واقع "مقاومت به انسولین" دارند؛ به این معنی که لوزالمعده انسولین تولید می‌کند، اما بدن آن را تشخیص نمی‌دهد (این مورد با نوع ۱ متفاوت است که در آن سلول‌های تولید کننده انسولین توسط سیستم ایمنی مورد حمله قرار می‌گیرند).

همچنین در دیابت نوع دو، دو مشکل مرتبط با یکدیگر وجود دارد: اول این که لوزالمعده انسولین کافی تولید نمی‌کند و دوم این که سلول‌ها به انسولین واکنش ضعیفی نشان داده و قند کمتری مصرف می‌کنند. در گذشته دیابت نوع دو به عنوان دیابت بزرگسالان شناخته می‌شد، اما واقعیت این است که هر دو فرم دیابت (نوع ۱ و نوع ۲) می‌تواند در دوران کودکی و بزرگسالی آغاز شده؛ البته نوع ۲ در افراد مسن شایع‌تر است، اما افزایش تعداد کودکان مبتلا به چاقی منجر به افزایش موارد بیشتر دیابت نوع دو در افراد جوان شده است.

در هر صورت، اگر رژیم غذایی افراد سرشار از کربوهیدرات و چربی بوده، اما فبیر کمی داشته باشد یا فرد فعالیت بدنی نداشته باشد و یا اگر مبتلا به فشار خون بالا باشد، خطر ابتلا به دیابت نوع دو بیشتر است. مصرف زیاد الکل و سن نیز از عوامل خطر هستند.

**راه‌های پیشگیری از دیابت نوع دو کدام است؟**  
انتخاب سبک زندگی سالم و رعایت موارد زیر، می‌تواند به پیشگیری از



دیابت نوع دو کمک کند: مصرف غذاهای سالم، غذاهایی که چربی و کالری کمتر و فیبر بیشتری داشته باشند، مانند میوه‌ها، سبزیجات و غلات کامل. ورزش و فعالیت بدنی: فعالیت هوازی متوسط تا شدید به مدت ۱۵۰ دقیقه یا بیشتر در هفته، مانند پیاده‌روی سریع، دوچرخه‌سواری، دویدن یا شنا. کاهش وزن: کاهش ۷ تا ۱۰ درصد وزن بدن و تثبیت آن، می‌تواند پیشروی از پیش دیابت به دیابت نوع ۲ را به تاخیر اندازد.

**علائم دیابت نوع ۲**  
علائم و نشانه‌های دیابت نوع دو اغلب به کندی ایجاد می‌شوند. در واقع فرد ممکن است سال‌ها با دیابت نوع دو زندگی کند، اما از وجود آن خبر نداشته باشد، علائم و نشانه‌های احتمالی عمومی وجود این بیماری، ممکن است شامل موارد زیر باشد: افزایش تشنگی تکرر ادرار افزایش گرسنگی کاهش وزن ناخواسته خستگی تاری دید زخم‌هایی که دیر التیام می‌یابند عفونت‌های مکرر بی‌حسی یا گزگز در دست یا پا تیرگی پوست در زیر بغل و گردن



### آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی تاکسیرانی کازرون

**شماره ثبت ۱۸۶ شناسه ۱۰۵۳۰۰۴۷۸۳۸**

جلسه مجمع عمومی عادی نوبت دوم بطور فوق العاده شرکت تعاونی تاکسیرانی در روز چهارشنبه ۱۴۰۱/۰۹/۰۹ ساعت ۱۹ در محل حسینیه آهنگران تشکیل می‌گردد. بدینوسیله از کلیه اعضا دعوت می‌شود که در روز طبق ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند ماده ۱۹ در مجامع عمومی هر یک از اعضا می‌تواند نماینده تام‌الاختیاری (از میان اعضای تعاونی یا خارج) از آن برای حضور در مجمع و اعمال رای تعیین می‌نماید تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر سه رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود.

**دستور جلسه:**

۱-انتخاب هیات مدیره و بازرسان و صاحبان امضای تعاونی

۳۹۴۳۷

**مدیر عامل تعاونی تاکسیرانی کازرون – بهروز حسین پور**

### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۳۰۰۷۲۱-۱۳۰۱۶۳۱۱-۱۴۰۱۶۳۱۱-۱۴۰۱/۰۸/۱۶ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک آباده تصرفات مالکانه بلامعارض سعید نعمت الهی فرزند نعمت الله شناسنامه شماره ۱۴۳ صادره از حوزه مرکزی آباده و بشماره ملی ۲۴۱۰۷۳۹۸۲۲- درخصوص ششدانگ یک باب مغازه به مساحت ۲۸/۵۰ مترمربع تحت پلاک ۹۹۲۱/۶۶۲ مجزا شده از پلاک ۹۹۲۱ واقع در بخش ۱۵ فارس شهرستان آباده از مالکیت ورثه مرحوم حاج محمد قلی سعادت جهت اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار نوبت اول:۱۴۰۱/۰۸/۲۵ تا ۱۴۰۱/۰۸/۳۱ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۱/۰۹/۱۰ تا ۱۴۰۱/۰۹/۱۶

۳۹۴۳۹ م ۲۲۱ الف

**محسن مظفری نیا - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک آباده**