

أهمية العناية الذاتية للتعامل مع مرض السكر من النوع الثانى فى مصر

رسالة للحصول على درجة الماجستير

في الصحة العامة

مقدم من

الطبيبة/منة الله اشرف صلاح

معيد بقسم الصحة العامة

كلية الطب - جامعة الفيوم

**تحت إشراف**

**أ.د/ نجلاء عبد الخالق الشربيني**

أستاذ الصحة العامة

كلية الطب - جامعة الفيوم

**أ.د/ محمد عبد الهادى مشاحيت**

أستاذ الباطن العام

كلية الطب - جامعة الفيوم

**د/ صفاء خميس حسن**

مدرس الصحة العامة

كلية الطب - جامعة الفيوم

جامعة الفيوم

2016

## الملخص العربي

يعتبر مرض السكر واحدا من الأمراض غير المعدية الأكثر أهمية , ويعتبر مشكلة صحية عامة في جميع أنحاء العالم لارتباطه بارتفاع شديد في معدلات الاعتلال والوفيات. وقد زاد انتشار مرض السكر بشكل كبير في أجزاء كثيرة من العالم خلال السنوات العشرين الماضية، بسيادة النوع الثاني من مرض السكر.

و تهدف هذه الدراسة لتقييم مريض السكر من حيث المعرفة بالمرض، وإدارة الرعاية الذاتية ومدى ارتباط ذلك بالتحكم السليم في مرض السكر والوقاية من مضاعفاته من خلال قياس تقديري لمعرفة المريض العامة عن مرض السكري وأنشطة الرعاية الذاتية مع مراجعة السجلات الطبية للمريض.

وقد أجريت الدراسة على مرضى السكر الوافدين على قسم الباطنة العامه في المستشفى التعليمي بجامعة الفيوم. وقد أجريت دراسة وصفية مقطعية على 150 شخص بالغ من مرضى السكر، حيث تم جمع البيانات باستخدام الاستبيان المصمم مسبقا. وتم أخذ الوزن والطول ومحيط الخصر وضغط الدم والتحقق في نسبة الهيموجلوبين السكري في الدم (HA1C)، الدهون (الكوليسترول)، اختبارات وظائف الكلى (اليوريا ومستوى الكرياتينين)، اختبارات وظائف الكبد (ALT و AST) من ملف المرضى .

وكشفت الدراسة الحالية ما يلي:

- حقق نحو ثلثي المرضى الخاضعين للدراسة مستويات عالية من المعرفة العامة الصحيحة فيما يتعلق بجوانب مختلفة من مرض السكر.
- كان متوسط مستوى إدارة الرعاية الذاتية السليمة للخاضعين للدراسة يمثل 56.5% للذكور، 49.7% للإناث.
- تم اثبات علاقة طردية لها دلالة احصائية بين درجة المعرفة ودرجة إدارة الرعاية الذاتية للخاضعين للدراسة.
- 8.6% فقط من المرضى يملكون جهاز قياس السكر في الدم ويستخدمونه في الرصد الذاتي في المنزل.
- ما يقرب من نصف المرضى في دراستنا، (52.7%) حققت مستوى الهيموجلوبين السكري ( hemoglobin glycoselated ) تحت النقطة الفاصلة (>7 ملغ / ديسيلتر).
- كانت هناك فروق واضحة لها دلالة احصائية في درجة التحكم في نسبة السكر في الدم ومتابعة القياس مع انخفاض متوسط هذه الدرجة بين المرضى الذين لديهم مضاعفات مثل غيبوبة السكر، واعتلال الشبكية، والاعتلال العصبي، كما كان هناك أيضا فرقا واضحا في درجة إدارة الرعاية الذاتية مع انخفاض متوسط هذه الدرجة بين المرضى الذين لديهم مضاعفات اعتلال الأعصاب.

• وجد إحصائيا فرق واضح بين مستوى الكوليسترول الكلي فيما يتعلق بدرجة إدارة الرعاية الذاتية ودرجة التحكم في نسبة السكر في الدم ومتابعة القياس مع درجة منخفضة بين المرضى الذين يعانون من ارتفاع مستوى الكوليسترول الكلي.

بما أن مرض السكري هو مرض مزمن، فإنه يتطلب الرعاية الطبية المستمرة والتعليم والدعم المستمر للمريض وإدارة متواصلة للرعاية الذاتية من قبل المريض لمنع المضاعفات الحادة وللحد من المضاعفات على المدى الطويل. تحسين وتطوير معرفة المرضى عن مرضهم وسبل العلاج لن تؤدي فقط الى تحسين نمط الحياة للمريض بل ستؤدي حتما نحو تحسين السيطرة على نسبة السكر في الدم. مقدمي الرعاية الصحية يجب أن يتعاونوا في شكل فريق متعدد التخصصات لتعزيز وتنقيف مرضى السكر عن مرضهم، كفييه الإدارة السليمه للرعاية الذاتية، والأهداف العلاجية والالتزام الدوائى. ومن خلال التواصل الفعال والتعليم والدعم المنتظم، سيتمكن مريض السكر من السيطرة على المرض