## في دراسة بجامعة حمد بن خليفة..الدكتور عبد الأله الرضواني

# السكري من النوع الثاني خطر

د. الرضواني

أكد الدكتور عبد الإله الرضواني العالم في مركز أبحاث السكري، معهد قطر لبحوث الطب الحيوي، جامعة حمد بن خليفة على ينبغي علينا بداية أن ندرك المستويات المثيرة للقلق التي وصل إليها انتشار مرض السكري حول العالم خلال العقود الثلاثة الماضية، وضرورة التنبه لهذه القضية والبدء باتخاذ الخطوات اللازمة للتصدي لها. فقد ارتفع عدد مرضى السكري الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٠ و٧٩ عاماً في جميع أنحاء العالم ليصل إلى ٤١٥ مليون شخص، مع توقعات بأن يرتفع عدد الأشخاص المعرضين للإصابة بهذا المرض إلى نحو ٦٤٢ مليون شخص في عام ٢٠٤٠، ما لم يتم اتخاذ اجراءات وقائية حاسمة.

وحول تعريف مرض السكري من النوع الثاني قال الدكتور عبد الاله الرضواني انه علينا أن نضع تعريفاً واضحًا لمرض السكري من النوع الثاني، إنه مرض مزمن ناتج عن ارتفاع تركيز السكر أو الجلوكوز في الدم. يصاب به البشر عندما يفشل الجسم في إنتاج ما يكفي من الإنسولين أو عندما لا يستطيع الجسم استخدام الانسولين الذي ينتجه او ما يسمى بمقاومة الانسولين. ويتم إنتاج هرمون الإنسولين في البنكرياس، وهو عنصر في غاية الاهمية، اذ ينتج لاعضاء الجسم كالعضلات والكبد والانسجة الدهنية الاستمادة من السكر (الجلوكوز) للحصول على الطاقة، أو تخزينه ليقوم باستخدامه لاحقاً. وإذا استمر هذا الخلل، فقد يسبب ارتفاع السكر في الدم أضراراً جسيمة للكلى والعينين والدماغ والقلب، بل وقد يؤدي في نهاية المطاف الى مضاعفات صحية تهدد الحياة.

وحول أعراض مرض السكري من النوع الثاني قال الدكتور عبد الاله عادة ما تتضمن أعراض النوع الثاني من مرض السكري التبول المتكرر، والعطش والجوع والتعب الشديد، والرؤية الضبابية، والجروح في البدين أو القدمين، وبطء شفاء الجروح والخدوش أو شدة الشعور بالألم. ومع ذلك، فإن بعض الناس المصابين بهذا المرض يخلقهون أعراضا خفيفة، بحيث قد يتم تجاهلها لسنوات. وتسمى هذه الحالة ما قبل السكري، وهي مرحلة تسبق الاصابة بالنوع الثاني من السكري.

وتعد هذه الحالة مشكلة صحية كبيرة، فحتى مع وجود ارتفاع طفيف في سكر الدم، الا أن استمرارها لعدة سنوات قد يسبب أضراراً خطيرة لاعضاء حيوية في الجسم. وعلاوة على ذلك، تتحول حالة ما قبل السكري لدى حوالي ٥ الى ١٠ من المصابين بشكل سنوي لتتحول إلى مرض السكري، مما يجعل من هذه الحالة خطرًا رئيسيًا قد يسبب الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري.

وحول مرض السكري من النوع الثاني في دول مجلس التعاون الخليجي قال ان الأدلة التجريبية تشير إلى أن مرض السكري من النوع الثاني يمثل نحو ٩٠٪ من جميع حالات مرض السكري في جميع أنحاء العالم. وفي حين تعزو أبحاث حالية الإصابة بهذا المرض إلى القابلية الوراثية وعوامل بيئية، يتفق الخبراء على أن ارتفاع معدلات النوع الثاني من مرض السكري ينتج عن الارتفاع الموازي في معدلات السمنة. وتعزى السمنة بدورها إلى نظام بيئي مجتمعي يقوم على تناول أطعمة ومشروبات غنية بالطاقة، ويؤدي إلى خمول بدني. وتعد منطقة الشرق الأوسط من المناطق الأكثر إصابة بمرض السكري. وفي عام ٢٠١٥، حلت جميع دول مجلس التعاون الخليجي، باستثناء سلطنة عُمان، بين أول ١٠ دول تتسم بأعلى معدلات السكري في العالم، حيث بلغ متوسط انتشار النوع الثاني لمرض السكري حوالي ٢٠٪ من إجمالي السكان، أي أكثر من ضعف المعدل العالمي البالغ ٨.٥٪. وغالباً ما تعزى هذه الزيادة في انتشار النوع الثاني لمرض السكري في هذه المنطقة إلى النمو والازدهار الكبير الذي أدى إلى تحوّل المجتمع بسرعة نحو أنماط الحياة الغربية. وللتوضيح بشكل أكبر، فإن المنطقة تظهر انجذاباً مجتمعياً لنمط الوجبات السريعة التي تتسم بغناها بالسعرات الحرارية وانخفاض قيمتها الغذائية، ونتيجة لذلك، فقد شهدت المنطقة زيادة هائلة في معدلات السمنة والأمراض المرتبطة بها.

وإذا أخذنا قطر وحدها كمثال، فإن تقرير عام ٢٠١٦ الصادر عن بنك قطر الحيوي، وهو مركز وطني لجمع البيانات من استبيانات وسجلات سريرية، وعينات بيولوجية لمواطنين قطريين بالغين (من ١٨ سنة ما فوق)، ومقيمين لفترة طويلة (١٥ سنة وأكثر من الإقامة في قطر)، يشير إلى أن أكثر من ٧٠٪ من السكان المحليين إما يعانون من زيادة في الوزن أو من السمنة. ويظهر التقرير أيضاً أن ٨٣٪ من السكان إما يمارسون تمارين بدنية قليلة أو لا يمارسونها إطلاقاً. وأظهر استبيان أجري في عام ٢٠١٢ أن ٣٤.٣٪ من الرجال البالغين كانوا يعانون من زيادة الوزن، و٣٩.٥٪ يعانون من السمنة، في حين أن ٢٥.١٪ من النساء البالغات تعانين من زيادة الوزن، و٤٣.٢٪ تعانين من السمنة. ولا تعكس هذه النتائج المثيرة للقلق أي علامة على انخفاض معدلات السمنة، ونتيجة لذلك، فمن المتوقع أن تزداد معدلات الإصابة بالأمراض المرتبطة بالسمنة، مثل النوع الثاني من مرض السكري، ما لم يتم اتخاذ إجراءات حقيقية في هذا الشأن.

ومما يبعث على القلق الشديد، انتشار السمنة لدى الأطفال وتحوّلها إلى وباء عالمي. وتشير نتائج دراسة أجريت في عام ٢٠٠٦ في قطر وشملت نحو ٤٠٠٠ طالب وطالبة تتراوح أعمارهم بين ١٢ و١٧ عاماً إلى أن ٣٦٪ من الأولاد و٢٤٪ من الفتيات يعانون من زيادة الوزن أو السمنة. وبالإضافة إلى ذلك، فإن ٢٨٪ من الأطفال القطريين دون سن الخامسة يعانون من زيادة الوزن. ونتيجة لذلك، فمن المثير للقلق أن النوع الثاني لمرض السكري، وهو النوع الأكثر شيوعاً عند البالغين أكثر من ٤٠ سنة، آخذ في الارتفاع الآن بين الأطفال، مدفوعاً إلى حد كبير بوباء السمنة.

وأشار الدكتور عبد الاله الى ان النوع الثاني من مرض السكري يشكل عبئًا ثقيلًا على ميزانيات الرعاية الصحية نظرًا لمضاعفاته الخطيرة، يفرض مرض السكري من النوع الثاني عبئاً كبيراً على ميزانيات الرعاية الصحية. وتشير بيانات وزارة الصحة في قطر والصادرة في عام ٢٠١٦، إلى أن مرض السكري يقف وراء ٥.٠٪ من حالات غسيل الكلى والأمراض التاجية الحادة، و٧.٠٪ من الإصابات بالسكتة الدماغية. أما على صعيد الإنفاق، فقد أنفقت قطر حوالي ٥٠٠ مليون دولار أمريكي في عام ٢٠١٥ على مرض السكري ومضاعفاته، ومن المتوقع أن تنفق ١.٣٧ مليار دولار أمريكي في عام ٢٠٣٥، و٢.٣ مليار دولار أمريكي بحلول عام ٢٠٥٥ ما لم يتم اتخاذ إجراءات فورية. وتؤدي هذه الأرقام المخيفة إلى حاجة ملحة لمزيد من الجهود لفهم أسباب الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني ووضع استراتيجيات لتطوير علاج له، والافضل من ذلك كله القيام بإجراءات وقائية من حدوثه في المقام الاول.

ولفت العالم في مركز أبحاث السكري، معهد قطر لبحوث الطب الحيوي، جامعة حمد بن خليفة أنه

وتابع الرضواني أنه لا يوجد في الوقت الحاضر علاج للنوع الثاني من مرض السكري، و في ظل أفضل الظروف ملاءمة، ومع استخدام العقاقير المتوفرة حالياً، واتباع نظام غذائي جيد وأسلوب حياة يتسم بالنشاط البدني، فإنه لا يتم تحقيق سوى خفض مؤقت لمستويات السكر في الدم، ويتطلب هذا الأمر يقظة دائمة من قبل المرضى والأطباء على حد سواء. ويعد الارتفاع المستمر في معدلات بتر الأطراف، وارتفاع الإصابة بالعمى، الناتجين عن مرض السكري، دليلاً على النجاح المحدود الذي تحققه العلاجات الحالية.

هذا وتم إطلاق استراتيجية وطنية للسكري في عام ٢٠١٣ من أجل زيادة الوعي العام وتمكين المرضى من تحسين صحتهم ودعم الأطباء لتقديم أفضل العلاجات. وعلاوة على ذلك، وكهدف طويل الأجل، تهدف هذه الاستراتيجية الوطنية إلى منع حدوث المرض. واستنادًا إلى الأدلة المتوفرة بين أيدينا، فمن الممكن الوقاية من مرض السكري من النوع الثاني عند الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة به. وتشير بيانات علمية إلى إمكانية منع تطور الحالة من مرحلة ما قبل السكري إلى مرض السكري عند حوالي ٧٠٪ من الحالات. وإن العامل الأهم في تحقيق ذلك هو تبني نمط حياة صحي، بما في ذلك الأكل الصحي والنشاط البدني المنتظم. ولذلك، فمن الضروري تنفيذ استراتيجيات للتشخيص المبكر للأفراد الذين يعانون من حالة ما قبل السكري وأولئك المعرضين لمخاطر الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري. ولتحقيق هذه الغاية، سيتم إطلاق برنامج وطني لفحص السكري في عام ٢٠١٨، بهدف فحص جميع السكان البالغين المعرضين اكثر لخطر السكري، للكشف عن حالة ما قبل السكري والنوع الثاني من مرض السكري بحلول عام ٢٠٣٠. وتعد البيانات التجريبية الأولية من هذه الاستراتيجية واعدة جداً.

وأخيراً أكد أنه بالنظر إلى خطورة مرض السكري في قطر، فهناك ضرورة إلى اتخاذ إجراءات سريعة لاحتواء هذا الوباء. وعلى الرغم من عدم وجود علاج حتى الآن لمرض السكري، فمن الضروري تسخير أقصى الجهود والموارد لمنع حدوث مرض السكري في المقام الاول. وتشير الدلائل المتوفرة إلى أن التشخيص المبكر للأفراد المعرضين للخطر هو أمر بالغ الأهمية لمنع الإصابة بمرض السكري، كما أنه يدعم بقوة استراتيجية الفحص الوطنية المستهدفة. والأهم من ذلك كله، ينبغي إيلاء اهتمام خاص للأطفال المعرضين للخطر. ويتعامل معهد قطر لبحوث لطب الحيوي مع قضية مجابهة السكري باعتبارها من أولوياته الكبرى، لذلك يجري بحوثًا رائدة ومتعددة تهدف إلى فهم الأسباب المؤدية إلى الاصابة بالسكري، ويعمل على تطوير مؤشرات حيوية وعلاجات جديدة من شأنها الوقاية من هذا المرض وضبطه وعلاجه. وتتضمن المشاريع البحثية الجارية في معهد قطر لبحوث الطب الحيوي القواعد الجينية لمرض السكري، والآليات الكامنة وراء تطور مرض السكري وتقدمه، فضلًا عن أهمية نمط الحياة في إدارة مرض السكري، وتحديد المؤشرات الحيوية للتنبؤ به.

تحليل السكري

Scanned by CamScanner