ذیابیطس کی تشخیص

کن لوگوں کو ذیابطس ہونے کا خطرہ ہوتا ہے؟

- اگر آپ میں مندرجہ ذیل علامات میں سے کوئی علامت ہے تو ذیابیطس ہونے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں:
- خاندان میں کسی کو ذیابیطس ہونا: والدین یا بھائی بہن-
- حمل کے دوران ذیابیطس ہو جانا یا ایسے بچوں کو پیدا کرنا جن کا وزن پیدائش کے وقت 4 کلو گرام سے زیادہ ہو-
- کسی سابق جانچ میں خون میں بڑھے ہوئے گلوزکو (شکر) کا پتہ لگنا-
- دل یا نظام گردش سے متعلق کوئی مرض ہونا-
- فشار خون کی زیادتی یا خون میں چربیوں (کولیسٹرول اور ٹرائیگلیسرائیڈس) کا ہونا-
- موٹا ہونا-

ان معاملوں میں، اپنے معالج سے ہر سال اپنی جانچ کروانا ضروری ہے-

کن علامات سے یہ احساس ہو سکتا ہے کہ ہمیں ذیابیطس کی بیماری ہے؟

- عام طور پر شروع میں ذیابیطس کی کوئی علامت نہیں ہوتی-
- بعد میں خاص علامات میں پیاس اور پورے دن میں پیشاب کی مقدار بڑھ جانا شامل ہے- ہمیں بہت زیادہ بھوک لگ سکتی ہے-
- بعد کے مرحلہ میں، پہلی والی علامت پیچیدگیوں کے ساتھ موجود ہو سکتی ہیں: پیروں میں زخم ہونا، بینائی میں کمی، سینے میں درد یا طاقت لگاتے وقت ٹانگوں میں درد...

اس بات کا یقینی طور پر کیسے پتہ لگا سکتے ہیں کہ ہمیں ذیابیطس ہے؟

- اس کی تصدیق خون کی جانچ کے ذریعہ کی جاتی ہے جس میں گلوکوز (شکر) میں زیادتی کا پتہ لگایا جاتا ہے-

ذیابیطس سے متاثر آدمی ----------	بنیادی گلوکوز کی مقدار (خالی معدہ رگ کے خون میں) 126 mg/dl کے برابر یا اس سے زیادہ
وہ لوگ جنہیں ذیابیطس ہونے کا خطرہ زیادہ رہتا ہے ----------	بنیادی گلوکوز کی مقدار 100-125 mg/dl