

# المعلم الإلكتروني الشامل 2024 -

2025

إجابات أسئلة درس مرض السكري

## 1- وضح مفهوم مرض السكري، والحمية الغذائية.

**-مرض السكري** : هو عجز غدة البنكرياس عن إفراز هرمون الأنسولين بكميات كافية، أو قلة استجابة خلايا الجسم له، مما يحدث مجموعة من الاضطرابات الخاصة بعملية التمثيل الغذائي للكربوهيدرات والبروتينات والدهنيات التي تؤدي إلى زيادة نسبة السكر في الدم فوق الحدود الطبيعية له.

**-الحمية الغذائية** : هي خطة غذائية تهدف إلى اختيار الأطعمة الصحية المتوازنة والمتنوعة، بالإضافة إلى تناول الأدوية الموصوفة من قبل الطبيب المختص لتجنب حدوث المضاعفات المختلفة.

## 2- علل ما يأتي :

- أ- يتعين على مريض السكري تناول الوجبات الغذائية المتوازنة .  
وذلك للمحافظة على المستوى الطبيعي للسكر في الدم، ضمن المستوى المطلوب لذلك.
- ب- ضرورة ممارسة النشاط البدني وخاصة رياضة المشي لمريض السكري .  
وذلك لحرق الدهون المشبعة الموجودة في الجسم التي تؤدي لزيادة نسبة السكر في الدم.
- ج- من الأمور الواجب مراعاتها لإتباع حمية غذائية لمريض السكري يجب تقليل كمية الملح في وجبات الطعام .  
لأنه يزيد من ارتفاع نسبة ضغط الدم في الجسم، مما يؤدي إلى حدوث مضاعفات مختلفة مع مريض السكري.
- د- ضرورة تغيير إبرة الوخز عند فحص نسبة السكر في الدم .  
من أجل المحافظة على السلامة العامة لجسم الإنسان، ومنع انتقال الجراثيم والفيروسات الخطيرة إلى الجسم.

## 4- عدد أربعة من الأعراض الشائعة لمرض السكري؟

- 1- تكرار التبول.
- 2- التعب والإرهاق.
- 3- زيادة الجوع والعطش.
- 4- الحكة والالتهابات الجلدية المختلفة.