

ماذا عن عصير التوت البري؟

على الرغم من أن بعض الدراسات تشير إلى أن عصير التوت البري قد يساهم في تقليل خطر الإصابة بعدوى المسالك البولية لدى بعض الفئات، إلا أنه من الأفضل الالتزام بتدابير الوقاية المعتادة والعلاج الذي يصفه الطبيب.

ولا ينبغي تجاهل كمية السكر الموجودة في العصائر، مما يجعلها مشروبات يجب استهلاكها بحذر.



هل لديك أسئلة حول مرض السُّكَّري؟

خدمة معلومات مرض السُّكَّري

Service InfoDiabète

514 259-3422

1 800 361-3504

infodiabete@diabete.qc.ca

L'école du diabète



universi-d.com



diabete.qc.ca

Diabète Québec

عدوى المسالك البولية ومرض السُّكَّري

Les infections
urinaires
et le diabète

ما هي عدوى المسالك البولية؟

هي عدوى ناتجة عن وجود بكتيريا في الجهاز البولي، أي في الكليتين أو الحالبين أو المثانة أو الإحليل.

عندما تكون نسبة السكر في الدم مرتفعة، يحاول الجسم التخلص من هذا الفائض عن طريق البول. وبذلك يصبح البول محتويًا على السكر، مما يُعزز نمو البكتيريا.

قُم باستشارة الطبيب أو الصيدلي بمجرد ظهور واحد أو أكثر من هذه الأعراض:

- الرغبة المتكررة في التبول؛
- شعور وهمي بالحاجة إلى التبول؛
- الشعور بالحرقان أثناء التبول؛
- بول عكر أو ذو رائحة قوية؛
- وجود دم في البول؛
- ألم في البطن أثناء التبول؛
- تدهور في الحالة العامة؛
- حمى؛
- قشعريرة.

ما الذي يزيد من خطر الإصابة بالتهاب المسالك البولية؟

- ارتفاع نسبة السكر في الدم؛
- كونك امرأة؛
- عدم الخضوع للختان لدى الرجال؛
- وجود مضاعفات لمرض السُّكري تؤثر على الأوعية الدموية أو الكلى أو الأعصاب؛
- الإصابة بعدوى بولية خلال السنة الماضية

بعض أدوية السُّكري¹ تجعل الجسم يطرح السكر في البول، مما يزيد من خطر الإصابة بعدوى المسالك البولية. ويكون هذا التأثير عادةً أكثر وضوحًا خلال الأشهر الأولى من بدء العلاج. إذا كنت تتناول أحد هذه الأدوية وتشعر بالقلق من التهابات المسالك البولية، فلا تتردد في مناقشة الأمر مع الصيدلي أو الصيدلية، أو مع طبيبك.

اتخذوا الإجراءات اللازمة لتقليل خطر الإصابة بعدوى المسالك البولية

- حافظ على نسبة السكر في الدم ضمن القيم المستهدفة قدر الإمكان.
- تناول كمية كافية من الماء.
- تجنب حبس البول لفترات طويلة.
- احرص على نظافة المناطق الحميمة بشكل جيد.
- امسح من الأمام إلى الخلف بعد التبرز.
- تبول بعد العلاقة الجنسية.
- قومي بتغيير الفوط الصحية بانتظام أثناء فترة الحيض.
- تجنب ارتداء الملابس الداخلية الضيقة جدًا.

¹ إمباغليفلوزين (Invokana^{MD})، داباغليفلوزين (Jardiance^{MD})، كاناغليفلوزين (Forxiga^{MD}).

الأشخاص المصابون بمرض السُّكري أكثر عرضة لتحول العدوى البسيطة في المسالك البولية إلى عدوى في الكليتين

