

ŞEKER HASTALIĞININ TEDAVİSİ (II)



Dr. Şükrü YENİCE

Dahiliye Uzmanı ve Hematoloji Uzmanı

Kurtuluş Mah. Atatürk Bulvarı (Yeni Devlet Hastanesi Yolu Üzeri),

No: 61, Kat: 1 / NAZİLLİ, Tel: 0 256 312 94 19, 0 505 218 60 57

E-posta: syenice@superonline.com

Değerli okurlar, önceki sayılarımızda şeker hastalığı nedir-nasıl ortaya çıkar-ne gibi belirtileri vardır-insana nasıl zarar verir anlatmaya çalıştım. Son olarak geçen sayıda şeker hastalığının tedavisine giriş yaparak tip II diabet tedavisini yazdım. Bu sayıda tip I şeker hastalığının tedavisini anlatacağım.

Tip I veya tip II şeker hastalığının bu gün için dünyanın hiç bir yerinde kesin tedavisi yok değerli okurlar. Tedavinin amacı mümkün olduğunca kan şekerini normal seviyede tutarak hastalığı kontrol altına almaktır. Bu sayede hastanın ileriki yaşamında şeker hastalığından zarara uğraması önlenmeye çalışılır. Şeker hastası iseniz bu kontrolü nasıl sağlayacaksınız? İşte size tedavinin ipuçları.. Öncelikle sağlıklı yiyecekler tüketin. Diyetinizi düzenli yapın, şişmansanız ideal kilonuza kavuşun ve bunu muhafaza edin. Günlük aktivitenizi koruyun ve egzersiz yapmayı ihmal etmeyin. Kan şekerinizi kontrol altında tutun. Açlık kan şekeriniz gün boyunca 80-120 arasında, uykuda ise 100-140 arası olmalı. Eğer hastalığınızın üstesinden gelip kontrol altına alabildinizse günde bir kez şekerinizi ölçmeniz yeterli. Yok şekerinizle başa çıkamadınızsa, işler düzgün gitmiyorsa o zaman her insulin zamanı açlık şekerinizi ölçeceksiniz. Bazı zamanlarda açlık şekerinizi ölçmek yetmeyecek tokluk şekerinizi de ölçmeniz gerekecek. Hastalık ilk başladığı zamanlarda çok defa hasta önce bir balayı dönemi geçirir. Balayı döneminde günlük insulin ihtiyacı ya çok azdır ya da hiç yoktur. Tedavi ciddiyetle ele alındığı takdirde her şey rayına girecektir. Eğer tedavinizi ciddiye almazsanız işte o zaman hastalığınız sizi hiç ciddiye almayacaktır.

Tip I şeker hastalığının başlıca ilacı insulindir. İnsulinin çeşitleri vardır. Bunlar kısa etkili insulin, orta etkili insulin ve uzun etkili insulinlerdir. Kullanacağımız insulinin tipini doktorunuz belirleyecektir. İnsulin ilaç olarak nasıl kullanılır? Nasıl tatbik edilir? Bunları doktorunuz ve diabet ekibinizdeki hemşireniz size öğretecektir. İnsulin iğne şeklinde kullanılır ve cilt altına zerk edilir. Kol (üst dış kısmı enjeksiyon için uygundur), bacak (uyuk kısmı insulin zerki için elverişlidir), göbekten cilt altı enjeksiyonlar yapılır. İlacın enjeksiyonu için bir iğne ve bir şırınga gerekir. Bu gün için dolmakaleme benzeyen insulin kalemleri kullanım için çok pratik kolaylık sağlıyor. Öyle ki hasta çok sayıda şırınga ve ayrıca insulin ilacının şişesini taşımak zorunda kalmıyor. İnsulinin günde kaç defa yapılacağı, hangi dozda kullanılacağını, hangi tip insulinin kullanılacağını doktorunuz belirleyecektir. İnsulinin bir de insulin pompası ile verilme şekli vardır. Cep telefonu gibi küçük bir elektronik cihaz vücut dışına yerleştirilir, içine insulin deposu konur. Cihaz ince bir katater ile cilt altına yerleştirilir. Cihaz programlıdır. Gün boyu ihtiyacınız olan bazal insulini sabit hızda verebildiği gibi (uzun etkili insulin) yemeklerden önce alacağınız kaloriyi cihaza girdiğinizde sistem otomatik

olarak ihtiyacınız olan dozu hesaplar ve bu dozdaki kısa etkili insulini size zerkeder. En son insulin zerk metodu suni pankreas adı verilen otomatik pompadır. Bu sistem ile anlık kan şekeri ölçülerek sonuca göre insulin ihtiyacı belirlenir ve vücuda verilir. En önemli avantajı önemli hipoglisemi riskinin olmamasıdır.

Tip I diabet tedavisinde henüz yaygınlaşmayan ve çalışmaları halen devam eden tedavi modelleri de var. Bu tedavi şekillerinin bazıları uygulamaya konulmuş durumda fakat yeterince yaygın değil. Bunlardan birisi pankreas nakli. Başarılı bir pankreas nakli ile artık insulin ihtiyacınız kalmaz fakat nakil her zaman başarılı olmayabiliyor. Pankreas nakli bazen çok ciddi riskleri de beraberinde getirebilir örneğin nakledilen pankreası vücudun reddetmemesi için uzun süreli hatta ömür boyu bağışıklık sistemini baskılayan ilaçlar kullanılmasına ihtiyaç olabilir. Bu ilaçlar vücut direncinin kırılmasına da yol açtığı için kişi enfeksiyonlara açık hale gelir. Bu sebeple pankreas nakli her şeye rağmen kan şekeri kontrol altına alınamayan şeker hastaları için düşünülür. Bir başka nakil pankreasın adacık hücre naklidir. Adacık hücrelerin pankreastan insulini salgılayan hücreler olduğunu önceki yazılarımda belirtmiştim. Vericinin sağlam insulin üreten adacık hücreleri hastaya nakledildiğinde burada insulin üretmeye başlar ve hasta şeker hastalığından kurtulur fakat bu yöntem henüz rutin tedavi modeli olarak kullanımda değil zira doku reddi reaksiyonu gelişme ihtimali var. Bu durumda da bağışıklık sistemini baskılayan ilaçları yoğun olarak kullanmak gerekir. Otolog kök hücre nakli en son araştırma konularından birisi. Bu yöntemde hastanın kendi kök hücrelerinden yararlanılır. Kök hücreler insulin üreten hücrelere farklılaşır. Henüz kesin tedavi yöntemi olarak yayılmış değil.

Değerli okurlar,gelecek haftaki sayımız şeker hastalarında ayak bakımı, şeker hastalığı ve gebelik gibi akla gelebilecek çeşitli sorularla ilgili olacak.