

مرضى السكري والصوم مرضى السكري والغذاء الصحي في شهر رمضان

قال تعالى (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ)

مرضى السكر هذا المرض الشائع والذي أصبح البعض يصفه بصديق الإنسان إلا أنه بالرغم من ذلك يحتاج إلى عناية واهتمام حتى يتجنب المصاب عديد من الاضرار والاضطرابات .

وبالرغم من قول رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم (صوموا تصحوا) إلا أنه في المقابل نجد أنه يحث الإنسان على المحافظة على واجباته بقوله لا ضرر ولا ضرار.

ومن أجل معرفة تأثير الصيام على مرضى السكري والغذاء الصحي الذي يفترض بهم تناوله والحرص عليه ومتى يحق للمريض أن يفطر .

صحي

لقاء / نجاة الريشي ■ تصوير / وردة محفوظ

- 3- المصابون بمضاعفات مزمنة مثل الفشل الكلوي واحتشاء عضلة القلب .
 - 4 - المصابون بالمضاعفات الحادة من ارتفاع الحامض الكيتوني في الدم والذي عادة ما يحدث عند مرضى السكري النوع الأول والتي تسمى الحموضة الكيتونية .
 - 5- مريضات السكري الحوامل .
 - 6- المرضى الذين يعانون من الهبوط المتكرر للسكر أو الذين فقدوا الأحساس بالهبوط نتيجة اتلاف أعصاب مركز الاحساس بالهبوط .
 - 7 - مرضى الاورام الخبيثة عفاكم الله .
- * ماذا عن المرضى الذين يجب صومهم ؟
- أولاً - يجب على المريض تحديد موعد مع طبيبه الخاص وذلك لمعرفة امكانية الصيام من عدمه وأيضا معرفة أوقات وطريقة أخذ العلاج خلال هذا الشهر وبناء على ذلك فقد تم تقسيم المرضى كالتالي :
- 1 - المرضى الذين يعتمدون على تنظيم الغذاء هؤلاء المرضى يمكنهم الصيام بأمان بل قد يفيدهم وبالأخص أولئك الذين يعانون من زيادة الوزن ولكن بشرط الالتزام بالنظام الغذائي المسموح به من قبل الطبيب والتقسيم المتبع في فترتي السحور والأفطار .
 - 2 - المرضى الذين يتناولون الأقراص يمكنهم الصيام بأمان على أن يتم تناول الأقراص بالطرق التالية حسب كل حالة .:
 - أ- المرضى الذين يتناولون قرصاً وأحد عليهم تناوله مع الإفطار

* إلتقينا الدكتور : عبد القادر أحمد المصري..بكالوريوس في الطب البشري والجراحة العامة ..دكتوراه في الطب الغذائي جامعة الاياما في برمنغها والبورد الأمريكي لأمراض الباطنة والتغذية السريرية الاباما الولايات المتحدة الأمريكية .. حيث استهل حديثه بحديث نبوي شريف (عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :قال عز وجل (كل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به والصيام جنة فإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن سبه أحد أو قاتله فليقل أني صائم والذي نفس محمد بيده لخلوف فم الصائم عند الله أطيب من ريح المسك) اخرجته البخاري ومسلم

- من الذين يصومون من مرضى السكري ومن هم الذين لهم إجازة وإباحة الإفطار ؟

بناء على دراسات إجريت على العديد من المرضى وتوصيات أغلب التجمعات العلمية للأطباء المختصين وعرضها على مجموعة من المشائخ بمجمع الفقه الإسلامي والتي أوصت بأن هذه المجموعة من المرضى يجب عليها عدم الصوم مطلقاً وإذا أرادت الصيام مخالفة لهذه التوصيات عليهم أخذ الإذن من الطبيب المختص المتابع للحالة وهذه المجموعة من المرضى هي :

- 1 - مرضى السكري من النوع الهش غير المستقر .
- 2- مرضى السكري من نوع الأول والثاني والذين نسبة سكرهم في الدم غير منتظمة والتراكمي لديهم عال جداً .

