**6. نشانه قند خون بالا حتی اگر مبتلا به دیابت نیستید.**

**قند خون بالا یا هیپرگلیسمی زمانی اتفاق می افتد که بدن یک فرد به درستی قدرت ساخت ویا استفاده از هورمون انسولین راندارد. انسولین به بدن کمک می کند که گلوکز را از مواد غذایی به انرژی تبدیل کند. نشانه هایی که قند خون بالا دارید عبارتند از: همیشه خسته یا تشنه، سردرد مزمن و تاری دید.هنگامی که شما کلمه "قند خون بالا" را می شنوید، احتمالا شمارا یاد افرادی که مبتلا به دیابت هستند و به انسولین نیاز دارند، می اندازد،اما قند خون بالا یا هیپرگلیسمی میتواند همه افراد را تحت تاثیر قرار دهد.  نه فقط افرادی که مبتلا به دیابت هستند،و اگردر صورت عدم توجه وپیگیری درمان نشود، می تواند منجر به آسیب های عصبی یا**[**بیماری کلیوی، چشم و یا قلب شود**](https://www.healthline.com/health/type-2-diabetes/hyperglycemia#symptoms)**.قند خون بالا زمانی اتفاق می افتد که بدن یک فردقدرت تولید به**[**اندازه کافی از هورمون انسولین**](https://www.endocrineweb.com/conditions/hyperglycemia/hyperglycemia-when-your-blood-glucose-level-goes-too-high) **را ندارد و به همین دلیل نمی تواند غذایی را که می خورید به انرژی قابل استفاده در بدن تبدیل می کند در نتیجه، ممکن است فرد همیشه احساس خستگی، دائما تشنگی،تار بینی داشته باشد ،علاوه بر داشتن نوع 1 یا نوع 2 دیابت، داشتن عفونت،عدم تحرک کافی ، استرس و خوردن بیش از حد کربوهیدرات ها می تواند منجر به افزایش قند خون شما شود.**[**افراد مبتلا به فیبروز کیستیک**](http://care.diabetesjournals.org/content/33/12/2697)**و کسانی که**[**داروهای بتا بلوکر را دریافت**](https://www.medicalnewstoday.com/articles/173068.php)**می کنند نیز ممکن است خطر ابتلا به افزایش قند خون را افزایش دهند. برای تعیین میزان قند خون باید یک آزمایش خون بدهید. در صورت مشاهده هر یک از این شش نشانه، یکبار به پزشک مراجعه کنید.**

## C:\Users\GPC-Financial Unit\Desktop\مقاله قند\cfarmafotoMüdigkeit-1024x6831-840x420.jpg

## 1.شما همیشه خسته هستیدقند خون بالا می تواند شما را به طور مداوم کند و خسته کند.زیرا سلولهای بدن شما [نمیتواننداز گلوکز](https://www.medicalnewstoday.com/articles/313138.php) یا قند در خون ، درست استفاده کنند تا بتوانند انرژی لازم را برای فعالیت روزانه و عملکرد مناسب ایجاد کنند. C:\Users\GPC-Financial Unit\Desktop\مقاله قند\5d029aa2daa4823a8335ea8a.png.

## 2.بینایی شما تار است

## سطح بالای گلوکز در بدن شما می تواند به لنز چشم آسیب زده و تمرکز بر روی یک نقطه دشوار کند. اگر تاربینی مبهم و ناشی از قند خون بالا درمان نشود می [تواند به از دست دادن بینایی منجر شود](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diabetes/in-depth/diabetes-symptoms/art-20044248).

****

**3. تکرر ادرار غیر قابل کنترل و بدون دلیل با افزایش قند خون ، بدن سعی در دفع گلوگز اضافی از طریق ادرار بوسیله کلیه ها می کند**

**4.مدام تشنه هستید به دلیل دفعات زیاد دفع و ادرار همیشه تشنه هستید و این تشنگی مدام افزایش می یابد چون همراه با ادرار مقدار زیادی گلوگز نیز دفع می گردد سبب تحلیل رفتن بدن و احساس خستگی همیشه نیز می گردد.**

****

**5.زخم هایی که خوب نمی شوند و یا به زحمت و پس از مدتی طولانی بهبود می یابند.قند خون بالا می تواند**[**جریان خون شما را کاهش دهد**](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diabetes/in-depth/diabetes-symptoms/art-20044248)**، که به نوبه خود توانایی بدن شمارا برای بهبود و ترمیم از بین می برد در نتیجه، هر زخمی که شما دارید، به خصوص درناحیه پا، ممکن است طول بکشد تا بهبود یابد. به علت جریان خون کم، ممکن است مستعد ابتلا به**[**عفونت های**](https://www.insider.com/can-you-have-sex-with-a-yeast-infection-2018-11)**مثانه نیز باشید.**

****

**6.شما سردرد مزمن دارید**

## قند خون بالا می تواند بر هورمونهایی که نقش مهمی در عملکردهای مغزی دارند تاثیر بگذارد که به طور خاص می توان به هورمون اپی نفرین و نور اپی نفرین اشاره کرد که افزایش آنها موجب گشاد شدن عروق مغزی و حتا منجر به خونریزی و پارگی عروق گردد و این خود دلیلی برای سردرد های همیشگی است .

دکتر بهرام نادری نبی

فلوشیپ اینترونشنال درد

**کلینیک درد گیلان :رشت تقاطع بلوار شهید انصاری و گلباغ نماز جنب mri مارلیک ،ساختمان گیلان کلینیک درد گیلان**

**شماره های تماس : 33731634-33734539-33720253-33727043-013**

[**www.guilanpainclinic.com**](http://www.guilanpainclinic.com)