**เบาหวาน**

**7 สัญญาณเตือนควรตรวจคัดกรองเบาหวาน**พญ.อยุทธินี สิงหโกวินท์ แพทย์หัวหน้าศูนย์เบาหวานและต่อมไร้ท่อ รพ.พญาไท2

 หากสังเกตว่ามีอาการเหนื่อย เพลีย เป็นแผลเรื้อรัง ปัสสาวะบ่อยโดยเฉพาะตอนกลางคืน หรือมีสัญญาณเตือนอื่นๆ ที่บ่งบอกว่าเสี่ยงเป็นโรคเบาหวาน ควรมาตรวจคัดกรองโรคเบาหวานกับแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เพื่อการดูแลหรือรักษาที่ถูกต้องต่อไป

**7 สัญญาณเตือนโรคเบาหวาน**

1. ปัสสาวะบ่อย  น้ำตาลในปัสสาวะที่สูงในคนที่เป็นเบาหวาน จะทำให้ผู้ป่วยมีปัสสาวะมากขึ้น ทำให้ปัสสาวะบ่อย มักต้องตื่นมาปัสสาวะในเวลากลางคืน
2. หิวน้ำบ่อยขึ้น ผลจากการที่ร่างกายสูญเสียน้ำทางปัสสาวะ ทำให้ร่างกายมีอาการหิวน้ำมากขึ้น
3. น้ำหนักลด ในผู้ป่วยบางรายอาจพบว่าน้ำหนักตัวลดลง เนื่องจากร่างกายไม่สามารถใช้น้ำตาลที่มีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ จึงมีการสลายไขมันไตรกลีเซอไรด์ที่สะสมใต้ผิวหนังมาใช้เป็นแหล่งพลังงานแทน
4. แผลหายช้า เมื่อเกิดบาดแผลบริเวณต่างๆ ของร่างกายมักหายช้ากว่าปกติ โดยเฉพาะแผลที่เกิดกับบริเวณเท้าเพราะระดับน้ำตาลในเลือดที่สูงของผู้ป่วยเบาหวานจะไปขัดขวางการทำงานของหลอดเลือด
5. หิวบ่อย หากหิวบ่อยโดยไม่ทราบสาเหตุ เพราะเมื่อระดับน้ำตาลในเลือดต่ำ จะทำให้ร่างกายต้องการอาหารเพื่อเพิ่มระดับน้ำตาลในเลือด ส่งผลให้ร่างกายต้องการอาหารเพิ่มมากขึ้น
6. อ่อนเพลีย ผู้ป่วยจะมีอาการเหนื่อย อ่อนเพลีย และผู้ที่เป็นโรคเบาหวานบางราย อาจมีอาการเบื่ออาหารร่วมด้วย
7. มีโรคแทรกซ้อนจากเบาหวาน ผู้ป่วยบางรายอาจมาพบแพทย์ด้วยเรื่องภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน เช่น มีอาการชาปลายมือ ปลายเท้า มีแผลเรื้อรังไม่หาย  ตามัว โรคหัวใจ  หรือโรคเส้นเลือดในสมองตีบ เป็นต้น

ข้อมูล: พญ.อยุทธินี สิงหโกวินท์ แพทย์หัวหน้าศูนย์เบาหวานและต่อมไร้ท่อ รพ.พญาไท2