

استشاري يكشف عن خطأ شائع في جرعات إنسولين الوجبات لدى مرضى السكري

12 أبريل، 2026



كشف د. عبدالرحمن بخاري استشاري في التخصص الدقيق لأمراض السكري عن أحد أبرز الأخطاء الشائعة لدى المرضى المستخدمين لإنسولين الوجبات، والمتمثل في زيادة الجرعة عند تناول وجبات دسمة مثل المقلقل أو ستيك اللحم.

وأوضح أن المعيار الأساسي لتحديد زيادة أو تقليل جرعة الإنسولين يعتمد على كمية الكربوهيدرات، وليس على البروتين أو الدهون.

وأشار إلى أنه في حال تناول وجبة مثل ستيك لحم مع خضار، فإنها تحتاج إلى جرعة إنسولين أقل، بينما تتطلب الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات مثل الفطائر أو المناقيش جرعة أكبر.

وأكد أن تعلّم حساب الكربوهيدرات يُعد أمرًا أساسيًا ومهمًا جدًا لمرضى السكري، سواء من النوع الأول أو الثاني، لضبط الجرعات بشكل دقيق وتجنب المضاعفات.