

كيف تعرف أنك تعاني من مقاومة الإنسولين؟.. استشاري يوضح العلامات المرتبطة بها

9 مايو، 2026



أوضح استشاري الغدد الصماء والسكري والسمنة د. فيصل الجهني أن مقاومة الإنسولين غالبًا ما تكون نتيجة لزيادة الوزن أو ارتفاع نسبة الدهون في الجسم، وليست السبب الأساسي وراء السمنة كما يعتقد البعض.

وأشار إلى أن الأشخاص الأكثر عرضة لمقاومة الإنسولين هم:

من يعانون من السمنة أو زيادة الوزن.
أصحاب الوزن الطبيعي لكن مع ارتفاع نسبة الدهون في الجسم، فيما يُعرف بحالة "Skinny Fat".

وأكد أن مقاومة الإنسولين تنتج عن هاتين الحالتين، وليست السبب المباشر لهما.