علامات على الأظافر تكشف عن الإصابة بمرض السكري

يعتبر مرض السكري من أكثر الأمراض شيوعاً، إلا أن الكثير من الأشخاص لا يدركون أنهم يعانون منه لعدم وجود أعراض واضحة ، لذا من المهم الإنتباه إلى بعض الأعراض التي قد تظهر على اليدين.

و مرض السكري من النوع 2 يتطور عندما تكون الخلايا المنتجة للأنسولين في الجسم غير قادرة على إنتاج ما يكفي من الأنسولين، أو عندما لا يعمل الأنسولين الذي يتم إنتاجه بشكل صحيح.

قد يبدو الأمر غريباً ، لكن يمكن أن تكون يديك مؤشرا رئيسيا في تشخيص الحالة.

خبراء أكدوا أن هناك بعض العلامات التي يجب أن تنتبه إليها في يديك، وتحديدا الأظافر.

دراسة سابقة وجدت أن الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري يعانون من مشاكل في الدورة الدموية، مما يعني أنك قد تلاحظ احمرارا حول الأظافر.يجب أيضا أن تراقب الجلد الزائد حول الأظافر، ومدى إحكام غرس الظفر داخل فراش الظفر.خبراء قالوا كذلك إن المصابين بالسكري قد يصابون بنزيف أو تقرح حول

الأظافر.قد تظهر "خطوط بو" على أظافر المصابين بالسكري، وهي انخسافات صغيرة تمتد بالعرض أو الطول على سطح الأظافر.

وكما هو من المهم أن تفحص أظافر يديك، أكد خبراء على ضرورة أن ينتبه مرضى السكري إلى أظافر قدميهم، لأنهم أكثر عرضة للإصابة بعدوى فطرية تعرف باسم "فطار الأظافر"، حيث تتحول الأظافر إلى اللون الأصفر وتصبح هشة، وفق ما ذكر موقع صحيفة "الصن" البريطانية.

بعيدا عن أظافر اليدين والقدمين، هناك أعراض صحية أخرى قد تكون مؤشرا أكثر وضوحا على الإصابة بالسكري، من بينها:

التبول أكثر من المعتاد، خاصة خلال الليل، كون هناك الكثير من السكر في الدم، وبالتالي تعمل الكلى بجهد أكبر للتخلص منه، مما يجبر جسمك بدوره على إنتاج المزيد من البول.من الأعراض الأخرى، الشعور بالعطش طوال الوقت، لأن التبول أكثر يؤدي إلى الجفاف.الشعور بالتعب طوال الوقت، قد يعني أن هناك انخفاضا في مستويات السكر بالدم.شفاء الجروح يستغرق وقتا أطول.تشوش الرؤية.

ويعد التشخيص المبكر أمرا أساسيا عندما يتعلق الأمر بمرض السكري من النوع 2، حيث يمكن أن يقلل ذلك من خطر الإصابة بمشاكل صحية أخرى، مثل أمراض القلب ومشاكل الكلى والمشاكل الجنسية.