لمن يعاني من السكري: هذا ما تفعله خسارة الوزن بجسمك



كشفت دراسة حديثة، اليوم الثلاثاء، أن:"فقدان الوزن يزيد فرص الشفاء من داء السكري من النوع الثاني، وذلك وفقا لما نشرت في المجلة العلمية "لانسيت دايبيتز أند إيندوكرايـنولوجي" (Lancet Diabetes & Endocrinology) المتخصصة".

وذكرت المجلة العلمية، أن:"التقييم الموجز لـ22 دراسة عالية الجودة أظهر أن "كل كيلوغرام يفقده الأشخاص المصابون بداء السكري من النوع الثاني يتحسن المرض. ولكل نسبة مئوية من وزن الجسم المفقودة، تزداد احتمالية الشفاء التام بنسبة 2.71 بالمئة".

وأضافت، أن المشاركين في الدراسة حققوا ما يقارب من 48 بالمئة من شفاء كاملا من خلال فقدان الوزن ، حيث كان هذا الأمر أكثر شيوعا كلما فقدوا المزيد من الوزن، ففي ما يقارب من 50 بالمئة من أولئك، الذين فقدوا ما بين 20 و29% من وزن الجسم الأصلي، اختفى مرض السكري تماما.

وأشارت، المجلة إلى أنها:"من خلال الدراسة تبين أن الذين، فقدوا ما لا يقل عن 30 بالمئة وصل الرقم

إلى ما يقارب من 80 بالمئة"، موضحةً أن:"حقق 41 بالمئة منهم انخفاضا جزئيا، وهنا أيضا كان من الواضح تماما أن الفرصة زادت كلما خسر المرضى المزيد من الوزن".

ويذكر أن في هذه الدراسة، تم اعتبار الشفاء التام محققا إذا كان مستوى السكر في الدم على المدى الطويل (HbA1c) بدون دواء أقل من 6.0 بالمئة أو كان مستوى السكر في الدم أثناء الصيام أقل من 100 مغم/ديسيلتر بعد عام واحد من بدء فقدان الوزن.

وفيما يحدث تحسن جزئي عندما ينخفض الهيموغلوبين السكري التراكمي إلى أقل من 6.5 بالمئة أو عندما ينخفض سكر الدم الصائم إلى أقل من 126 مغم/ديسيلتر.