

## โรคเบาหวาน

ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์ไกรสิทธิ์ ตันติศิริินทร์

สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล

สาเหตุของโรคเบาหวาน ก็คือร่างกายและกระแสเลือดมีอินซูลินไม่พอเพียงกับการนำไปใช้ในการใช้ประโยชน์ แต่ที่เข้าใจกันง่ายๆ ก็คือ เมื่อเป็นโรคเบาหวานแล้วอินซูลินจะไม่พอเพียงกับการนำน้ำตาลไปใช้ประโยชน์ ก็เลยก่อให้เกิดน้ำตาลสูงในเลือด น้ำตาลสูงในเลือดจนเกิดเป็นอันตรายของร่างกายมนุษย์ อินซูลินสร้างมาจากตับอ่อน แล้วก็จะไปจับกับตัวรับต่อสารอาหารที่อยู่ในกระแสเลือด โดยเฉพาะอย่างยิ่งน้ำตาล จริงๆ แล้วอินซูลินก็จะนำอาหารพวกโปรตีนและไขมัน ไปใช้ประโยชน์ด้วย สำหรับตัวน้ำตาลจะจับอินซูลินเสมอ เช่นเมื่อน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นหลังการรับประทานอาหารอินซูลินก็จะหลั่งออกมา เมื่อใช้เสร็จก็ทำให้น้ำตาลกลับเข้าไปในเซลล์ไปใช้ประโยชน์ ระดับน้ำตาลในเลือดก็จะต่ำลงมาก็เกิดเป็นภาวะปกติ ที่นี้การขาดอินซูลินอาจจะเกิดขึ้นได้ 2 สาเหตุ สาเหตุที่หนึ่งก็คือ เป็นพันธุกรรมซึ่งเกิดมาก็เป็นโรคเบาหวานตั้งแต่เด็กๆ โรคเบาหวานประเภทนี้จะพบได้ในกรณีซึ่งเด็กเกิดมาแล้วมีน้ำตาลในเลือดต่ำจนกระทั่งอาจจะถึงหมดสติคือช็อก ก็ต้องได้รับน้ำตาลแล้วต่อไปก็อาจจะต้องได้รับอินซูลินเพื่อที่จะควบคุมน้ำตาลในเลือด เพราะการที่เกิดอาการน้ำตาลต่ำ อาจจะหมดสติได้ น้ำตาลในเลือดสูงมากเกินไปก็จะทำให้เกิดอาการหมดสติได้เช่นเดียวกัน ด้วยเหตุนี้ทารกหรือเด็กที่มีปัญหาตั้งแต่กำเนิดจำเป็นต้องได้รับการฉีดอินซูลินเป็นประจำแล้วต้องควบคุมอาหารควบคู่ด้วย สำหรับสาเหตุที่สองก็คือเกิดจากภาวะอ้วนและโรคที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งขณะนี้ปัญหาเรื่องอ้วนทั้งในเด็กและผู้ใหญ่เป็นกันมากขึ้น จนกระทั่งเซลล์ไขมันก็โตขึ้น น้ำตาลในเลือดก็จะสูงขึ้น ไขมันก็สูงขึ้น เลยทำให้เกิดภาวะคืออินซูลิน แล้วในที่สุดก็คือทำให้เกิดไขมันสูงในเลือด แล้วเมื่อไขมันสูงในเลือดก็จะมีน้ำตาลสูงในเลือด ไขมันสูงในเลือด น้ำตาลที่สูงในเลือดก็จะทำให้เกิดมีการขับถ่ายออกทางไตแล้วในที่สุดคนที่เบาหวานก็จะมีอาการหิวบ่อย ดื่มน้ำมาก ปัสสาวะบ่อย แม้กระทั่งคนอ้วนที่เป็นเบาหวานนานๆ ก็จะมีอาการผอมลงได้ แล้วที่สำคัญที่สุดก็คือจะเชื่อมโยงไปด้วยกัน ก็คือเกิดปัญหาไตวายในที่สุดได้