

**የስኳር ህመም በእግራ ላይ ጉዳት ሲደርሰብኝ የሚችለው እንዴት ነው?**



ጠባብ ጫማ በማድረግም ምክንያት እግርዎ ውሃ ይቋጥራል። በእግርዎ ላይ የነርቭ ጉዳት ስለደረሰብዎ ደግሞ ውሃ መቋጠሩ ያስከተለው ህመም እደሰማዎትም። ከዚያም ውሃ የቋጠረው ቦታ ወደ እንጨክሽንነት ይሰጠዋል። በደምዎ ውስጥ ያለው የግሎኮስ መጠን ከፍተኛ ከሆነ ጀርሞቹ በሰውነትዎ ውስጥ ያለውን ትርፍ ግሎኮስ ይመገባሉ። ጀርሞቹ እያደጉ ሲሄዱ እንጨክሹ ይባባሳል። በቅሬጥምዎና በእግርዎ ጫማ አካባቢ ያለው ደካማ የደም ፍሰት የቀሰሱን የመዳን ሂደት ሲያዘገይ ይችላል። አልፎ አልፎ መጥፎ የሆነ እንጨክሽን ጨርሶ ሳይደን ይችላል።



እንጨክሹ ጭንቀር (ጋንግሪን) (GANGreen) ሲያስከትል ይችላል። አንድ ሰው ጋንግሪን ከያዘው በቀስቶ ዙሪያ ያለው ቆዳና ህብረ ህዋስ ይሞታል። አካባቢው ይጠቁርና መጥፎ ጠረን ያመጣል። ጭንቀር (ጋንግሪን) እንዳይስፋፋ ስመከላከል ሲባል አንድ ሃኪም ቀድሞክምና በማድረግ አንድን ጣት፣ የእግር ጫማ ወይም የቅሬጥም ክፍል መቀረጥ ሲያስፈልገው ይችላል። የሰውነትን ክፍል መቀረጥ አምፕ-ዊ-ቴሽን (amp-yoo-TAY-shun) ይባላል።

Text by Family HealthCare Center, Jody Patton, RN BSN CDE  
[www.famhealthcare.org](http://www.famhealthcare.org)  
 Translation provided by Heartland's Cross-Cultural Interpreting Services ([www.heartlandalliance.org](http://www.heartlandalliance.org))  
 This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/>

**A Healthy Roads Media project**  
[www.healthyroadsmedia.org](http://www.healthyroadsmedia.org)

በስኳር ህመም ምክንያት የሚከሰተው የደም ውስጥ የግሎኮስ መጠን መጨመር በእግርዎ ላይ ጉዳት ሲያመጡ የሚችሉ ሁለት ችግሮችን ያስከትላል።

1. የነርቭ መገዳት። አንዱ ችግር በቅሬጥምዎና በእግርዎ ጫማ ላይ ያሉት ነርቮች መገዳት ነው። ነርቮችዎ ላይ ጉዳት በመድረሱ ቅሬጥምዎና የእግርዎ ጫማ አካባቢ ህመም፣ ሙቀት ወይም ቅዝቃዜ ሳይሰማዎት ይችላል። እግርዎ ላይ የቆረጠዎት ነገር እንዳስ ወይም ቁስል እንደወጣብዎት ስለማይሰማዎ ብቻ ቁስሉ እየተባባሰ ሲሄድ ይችላል። እንዲህ ዓይነቱ የመደንዘዝ ስሜት በነርቭ መገዳት ምክንያት የሚፈጠር ሲሆን ዳያቤቲክ ኒውርፓት (ne-ROP-uh-thee) በመባልም ይታወቃል። ይህ ሰፊ ቁስል ወይም እንጨክሽን እንዲፈጠር ሲደርግ ይችላል።

2. የደም ዝውውር ችግር። ሁለተኛው ችግር የሚከሰተው ደግሞ በቂ ደም ወደ ቅሬጥምዎና እግርዎ ሳይደርስ ሲቀር ነው። የደም ፍሰቱ ደካማ ከሆነ ቁስል ወይም እንጨክሽን በቀላሉ እንዳይደን ምክንያት ይሆናል። ይህ ችግር ፔሪፐራል (puh-RIF-uh-rul) የደም ስር ችግር በመባል ይታወቃል። የስኳር ህመም እያሰብዎት ትምባሆ የሚያጨሱ ከሆነ የደም ፍሰቱን ችግር ያባብሳል።

እነዚህ ሁለት ችግሮች አንድ ላይ ተዳምረው በእግር ላይ ችግር ሲፈጥሩ ይችላሉ። ስምሳሌ ያህል፤