

Diyabetes Mellitus Araştırılacak Kişiler

Diyabetes mellitus araştırılması gereken kişiler

Semptomu olan tüm hastalarda diyabetes mellitus mutlaka araştırılması gerekir. Poliüri, polidipsi, noktüri, istemsiz kilo kaybı gibi hiperglisemi semptomları olan kişilerde çok sık karşılaşılan bir hastalık olarak diyabetes mellitus öncelikle akla getirilmelidir. Tip 1 diyabetik hastalar genellikle çok belirgin hiperglisemik semptomlarla hatta diyabetik ketoasidoz klinik tablosu ile hekime başvurup tanı alırlar. Çok eski yıllarda diyabetik ketoasidoz ile tanı alan tip 1 diyabet hasta sayısı çok daha fazla iken günümüzde yaklaşık % 40 oranında hastanın diyabetik ketoasidoz ile tanı aldığı saptanmıştır. Buna karşın tip 2 diyabetik kişilerde başlangıçta genellikle semptomlar çok hafif veya hiçbir semptom bulunmaz.

Diyabetes mellitus toplumda çok sık görülen ve yıllar içerisinde görülme sıklığı en fazla artan hastalıklardan biridir. Dünyadaki global sorun olan obezitenin artmasına paralel olarak toplumlarda tip 2 diyabetes mellitus görülme oranı katlanarak artmaktadır. Mortaliteye sebep olduğu gibi çeşitli morbiditelere yol açabilen bir hastalıktır. Böbrek yetmezliğinin en sık sebebi diyabetes mellitustur. Görme kaybının ve ayak, bacak amputasyonunun ciddi oranda sebebi diyabetes mellitustur. Makrovasküler hastalıkların çok daha erken yaşta görülmesine yol açar. Global bir sorun olması, hastalarda asemptomatik uzun bir dönemin olması, tanı koydurucu tetkiklerin yaygın olması ve erken dönemde tanı konduğunda mortalite ve mortalite üzerine belirgin olumlu katkı yapacak şekilde tedavi edilebilir olması nedeni ile diyabetes mellitus taraması yaygın olarak yapılması gereken hastalıkların başında gelmektedir (Tablo). Her yaşta görülmekle birlikte 35-40 yaşından sonra görülme olasılığı belirgin artar. Hiçbir semptomu olmasa bile 45 yaşından sonra herkese en az 3 yıl ara ile açlık kan şekeri ölçümü yapılmalıdır. Son yıllarda obezitenin çok yaygınlaşması ve diyabet görülme yaşının çok daha genç yaşlara kayması nedeni ile diyabet tarama başlama yaşının 35 olması gerektiği düşünülmektedir.

Obezitenin global sorun olmasından sonra, genç yaşlarda da diyabetes mellitus daha sık görülmeye başlamıştır. Beden kitle indeksi $> 25 \text{ kg/m}^2$ olan kişilerde diyabet görülme olasılığı yüksektir. Bu kişilerde ek bir risk faktörü varsa kaç yaşında olduğundan bağımsız diyabet taraması yapılmalı ve en az 3 yılda bir testleri tekrarlanmalıdır. Ek risk faktörü olarak hipertansiyon, dislipidemi, kardiyovasküler hastalık, polikistik over sendromu, akantozis nigrikans varlığı sayılabilir. Kilolu kişilerin birinci derece akrabalarında tip 2 diyabet varsa bu kişilerde de 3 yılda bir diyabet tarama testlerinin yapılması gerekir.

Yaş ve obezite dışında daha önce yapılan testler sonucunda diyabet gelişme olasılığı yüksek olarak değerlendirilen kişilere belli aralıklarla diyabet tarama testi yapılması gerekir. Gebeliğinde gestasyonel diyabetes mellitus tanısı konulmuş kadınlara doğum yaptıktan 6-8 hafta sonra standart oral glukoz tolerans testi yapılmalı, diyabetes mellitus olmadığı gösterilirse en az 3 yılda bir açlık kan şekeri ile diyabet taraması yapılmalıdır. Diyabet gelişme olasılığı en yüksek gurup “prediyabetes mellitus” olarak adlandırılan guruptur. Bozulmuş glukoz toleransı veya bozulmuş açlık glukozu tanıları konmuş kişilere yılda en az 1 kere diyabet tarama testi yaptırmaları önerilir.

Diyabetes mellitus taraması için genel olarak açlık plazma glukoz seviyesi ölçümü kullanılır. Tarama olarak yapılmasına rağmen çok sayıda kişide tanı koydurucu sonuç elde edilir. Şüpheli durumlarda diğer testler ile tanı kesinleştirilmeye çalışılır. Açlık plazma glukoz ölçümüne göre daha pahalı bir yöntem olmakla birlikte HbA1c ölçümü de diyabetes mellitus taraması için kullanılabilir. HbA1c ölçümünün tanıda ve taramada kullanılması için standardizasyonunun düzenli yapılmış olması ve ölçüm güvenilirliğinin yeterli olması gerekir. Açlık gerektirmeden rastgele bir zamanda yapılabilmesi en önemli

avantajıdır. Diyabetes mellitus tanısında kullanılabilen diğerk bir test olan rastgele glukoz ölçümü semptomatik hastalarda kullanılan bir test olduğu için tarama testi olarak kullanılmamalıdır. Oral glukoz tolerans testi de sıklıkla diğerk testler ile tanı konulamadığı durumlarda kullanılan bir testtir. Diyabetes mellitus tarama testi olarak kullanılmaz. İdrarda glukoz ölçümü hata olasılığının yüksek olması nedeni ile tanı testi olarak kullanılmadığı gibi tarama testi olarak da kullanılmamalıdır.

Diyabetes mellitus taraması yapılması gereken kişiler

<i>Yaş</i>	<i>> 45 y (35 y)</i>
<i>BMI > 25 kg/m²</i>	<i>Birinci derece akrabada DM Hipertansiyon Dislipidemi PCOS Kardiyovasküler hastalık anamnezi Akantosis nigrikans Belirgin fiziksel inaktivite</i>
<i>Prediyabetes</i>	<i>Bozulmuş glukoz toleransı Bozulmuş açlık glukozu</i>
<i>Gebelik ilişkili</i>	<i>Gestasyonel DM anamnezi</i>