



Diabetes Mellitus

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder characterized by elevated blood glucose levels, also known as hyperglycemia. This condition occurs when the body either does not produce enough insulin or cannot effectively utilize the insulin it produces. Insulin is a hormone secreted by the pancreas that helps regulate the absorption of glucose into cells, where it is used for energy.

There are two primary types of diabetes. Type 1 diabetes, previously called insulin-dependent diabetes, usually develops in childhood or adolescence. It results from an autoimmune reaction that destroys the insulin-producing beta cells in the pancreas. Type 2 diabetes, formerly known as adult-onset diabetes, is far more common and is strongly linked to obesity, sedentary lifestyle, and genetic predisposition.

Common symptoms of diabetes include excessive thirst (polydipsia), frequent urination (polyuria), unexplained weight loss, fatigue, and blurred vision. If not properly controlled, diabetes can lead to serious complications such as cardiovascular disease, kidney failure (nephropathy), nerve damage (neuropathy), and eye problems (retinopathy).

Treatment strategies depend on the type of diabetes. Patients with Type 1 diabetes require lifelong insulin therapy, while those with Type 2 diabetes may be managed initially with lifestyle modifications such as a balanced diet, weight management, and physical activity. Oral hypoglycemic agents and insulin injections are often required when lifestyle changes alone are insufficient.



Prevention of Type 2 diabetes is possible through early intervention. Maintaining a healthy body weight, engaging in regular exercise, and avoiding high-calorie diets can significantly reduce the risk. Public health initiatives also emphasize screening for individuals at high risk, such as those with a family history of diabetes or metabolic syndrome.

- Chronic
- Secreted
- Absorption
- Metabolic disorder
- Hyperglycemia
- Insulin/ Pancreas/ Beta cells
- Autoimmune reaction
- Predisposition
- Polyuria
- Polydipsia
- Nephropathy
- Neuropathy
- Retinopathy
- Hypoglycemic agents
- Metabolic syndrome



Diabetes Mellitus

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder characterized by elevated blood glucose levels, also known as hyperglycemia.

داء السكري هو اضطراب **أبضي** مزمن يتميز بارتفاع مستويات الكلوكوز في الدم، **المعروف أيضاً باسم ارتفاع السكر في الدم.**

داء السكري (Diabetes Mellitus) هو اضطراب استقلابي مزمن يتميز بارتفاع مستويات الكلوكوز في الدم، ويُعرف أيضاً بفرط سكر الدم. (Hyperglycemia)

This condition occurs when the body either does not produce enough insulin or cannot effectively utilize the insulin it produces.

تحدث هذه الحالة عندما لا ينتج الجسم كمية كافية من الأنسولين أو لا يستطيع استخدام الأنسولين الذي ينتجه بشكل فعال.

تنشأ هذه الحالة عندما يعجز الجسم عن إنتاج كميات كافية من الأنسولين أو عندما يفشل في الاستفادة الفعالة من الأنسولين الذي يُنتجه.

Insulin is a hormone secreted by the pancreas that helps regulate the **absorption** of glucose into cells, where it is used for energy.

Secreted

سري، مخفي Secret

امتصاص Absorption

الأنسولين هو هرمون **يفرز** البنكرياس ويساعد على تنظيم امتصاص الكلوكوز في الخلايا، **حيث يتم استخدامه للحصول على الطاقة.**

والأنسولين هو هرمون **يُفرز من قبل** البنكرياس، وتتمثل وظيفته في تنظيم امتصاص الكلوكوز إلى داخل الخلايا، **حيث يُستعمل كمصدر للطاقة.**

There are two primary types of diabetes. Type 1 diabetes, previously called insulin-dependent diabetes, usually develops in **childhood or adolescence**. It results from an autoimmune reaction that destroys the insulin-producing beta cells in the pancreas.



Life Stage

Infancy (Birth → 2ys)

Childhood (Early (2-6), Middle (6-9) and Late (9-12))

Adolescence (12-18)

Adulthood (Early (18-40), Middle (40-65) and Late (65+) شيخوخة)

Immune، حصانة، مناعة

Immunity مناعة، حصانة، دبلوماسية

هناك نوعان رئيسيان من مرض السكري. يتطور مرض السكري من النوع الأول، والذي كان يسمى سابقاً مرض السكري المعتمد على الأنسولين، عادة في مرحلة الطفولة أو المراهقة. وينتج عن تفاعل مناعي ذاتي يدمر خلايا بيتا المنتجة للأنسولين في البنكرياس.

تُقسم الإصابة بالسكري إلى نوعين رئيسيين:

النوع الأول من داء السكري، وكان يُعرف سابقاً بـ"السكري المعتمد على الأنسولين"، وغالباً ما يظهر في مرحلة الطفولة أو المراهقة. وينتج هذا النوع عن تفاعل مناعي ذاتي يؤدي إلى تدمير خلايا "بيتا" المنتجة للأنسولين في البنكرياس.

Type 2 diabetes, formerly known as adult-onset diabetes, is far more common and is strongly linked to **obesity**, **sedentary** lifestyle, and genetic **predisposition**.

يعد مرض السكري من النوع الثاني، المعروف سابقاً باسم مرض السكري الذي يصيب البالغين، أكثر شيوعاً ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمنة ونمط الحياة المستقر والاستعداد الوراثي.

النوع الثاني من داء السكري، ويُعرف أيضاً بـ"السكري الذي يصيب البالغين"، وهو الشكل الأكثر شيوعاً، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمنة، وقلة النشاط البدني، والعوامل الوراثية المهيمنة للإصابة به.

Common **symptoms** of diabetes include excessive thirst (polydipsia), frequent urination (polyuria), unexplained **weight loss**, **fatigue**, and **blurred vision**. If not properly controlled, diabetes can lead to serious **complications** such as **cardiovascular disease**, **kidney failure** (nephropathy), **nerve damage** (neuropathy), and eye problems (retinopathy).



Symptoms = Signs = Indications = Evidences

تشمل الأعراض الشائعة لمرض السكري العطش الشديد (polydipsia)، والتبول المتكرر (polyuria)، وفقدان الوزن غير المبرر، والتعب، وعدم وضوح الرؤية. إذا لم تتم السيطرة عليه بشكل صحيح، يمكن أن يؤدي مرض السكري إلى مضاعفات خطيرة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية، والفشل الكلوي (nephropathy)، وتلف الأعصاب (neuropathy)، ومشاكل في العين (اعتلال الشبكية retinopathy).

تشمل الأعراض الشائعة لمرض السكري العطش الشديد (Polydipsia - ، وكثرة التبول (Polyuria) ، وفقدان الوزن غير المبرر، والإرهاق، وتشوش الرؤية. وإذا لم يتم التحكم في المرض بشكل صحيح، فقد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة مثل أمراض القلب والأوعية الدموية، وفشل الكلى (اعتلال الكلى Nephropathy - ، وتلف الأعصاب) اعتلال الأعصاب (Neuropathy - ، ومشكلات في العين) اعتلال الشبكية (Retinopathy -

Treatment strategies depend on the type of diabetes. Patients with Type 1 diabetes require lifelong insulin **therapy**, while those with Type 2 diabetes may be managed initially with **lifestyle modifications** such as a **balanced diet**, **weight management**, and **physical activity**. Oral hypoglycemic agents and insulin injections are often required when lifestyle changes alone are insufficient.

تعتمد استراتيجيات العلاج على نوع مرض السكري. يحتاج مرضى السكري من النوع الأول إلى العلاج بالأنسولين مدى الحياة، في حين يمكن إدارة مرضى السكري من النوع الثاني في البداية من خلال تعديلات نمط الحياة مثل اتباع نظام غذائي متوازن وإدارة الوزن والنشاط البدني. غالبًا ما تكون هناك حاجة إلى أدوية خفض سكر الدم عن طريق الفم وحقن الأنسولين عندما تكون تغييرات نمط الحياة وحدها غير كافية.

تعتمد استراتيجيات العلاج على نوع مرض السكري. فمرضى السكري من النوع الأول يحتاجون إلى علاج بالأنسولين مدى الحياة، بينما يمكن في حالة السكري من النوع الثاني التحكم بالمرض في البداية من خلال تعديلات نمط الحياة مثل اتباع نظام غذائي متوازن، والسيطرة على الوزن، وممارسة النشاط البدني. وغالبًا ما تكون هناك حاجة إلى الأدوية الخافضة لسكر الدم الفموية وحقن الأنسولين عندما لا تكون تغييرات نمط الحياة وحدها كافية للسيطرة على المرض.

المصطلح	الترجمة بالعربية	النطاق والاستخدام	مثال طبي
Treatment	العلاج / المعالجة	The general plan for treating the disease includes all means	Treatment for diabetes includes diet, exercise, and insulin.
Medication	الدواء / العقار	Part of treatment - refers to medications only	The doctor prescribed a new medication for pain.



المصطلح	الترجمة بالعربية	النطاق والاستخدام	مثال طبي
Therapy	علاج تأهيلي / نفسى / متخصص	Sessions or therapeutic methods to improve physical or psychological function	She is undergoing physical therapy after surgery.

- Physical therapy → العلاج الفيزيائي أو الطبيعي
- Psychotherapy → العلاج النفسي
- Speech therapy → علاج النطق

Prevention of Type 2 diabetes is possible through early **intervention**. **Maintaining** a healthy body weight, engaging in **regular exercise**, and avoiding **high-calorie diets** can significantly **reduce** the **risk**. Public health initiatives also emphasize **screening** for **individuals** at high risk, such as those with a family history of diabetes or metabolic syndrome.

الوقاية من مرض السكري من النوع ٢ ممكنة من خلال التدخل المبكر. إن الحفاظ على وزن صحي للجسم، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام، وتجنب الأنظمة الغذائية ذات السعرات الحرارية العالية يمكن أن يقلل المخاطر بشكل كبير. وتؤكد مبادرات الصحة العامة أيضاً على إجراء الفحص للأفراد المعرضين لخطر كبير، مثل أولئك الذين لديهم تاريخ عائلي للإصابة بمرض السكري أو متلازمة التمثيل الغذائي.

يمكن الوقاية من مرض السكري من النوع الثاني من خلال التدخل المبكر. فالحفاظ على وزن جسم صحي، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام، وتجنب الأنظمة الغذائية الغنية بالسعرات الحرارية يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بالمرض. كما تؤكد المبادرات الصحية العامة على أهمية إجراء الفحوصات المبكرة للأشخاص الأكثر عرضة للإصابة، مثل من لديهم تاريخ عائلي للإصابة بالسكري أو يعانون من متلازمة الأيض. (Metabolic Syndrome)