

# CUKRZYCA

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA  
7 kwietnia 2016

Niemal 350 mln osób na całym świecie cierpi na cukrzycę - chorobę przewlekłą, do której dochodzi, gdy organizm nie wytwarza wystarczającej ilości insuliny lub nie jest w stanie skutecznie wykorzystywać własnej insuliny w procesie metabolizmu cukrów pochodzących ze spożywanej żywności.

Insulina to hormon regulujący poziom cukru we krwi, będącego źródłem energii potrzebnej do życia. Jeżeli glukoza nie może przeniknąć do komórek organizmu, w których jest spalana jako energia i pozostaje w krwiobiegu, jej stężenie może wzrastać do szkodliwego poziomu.



Wraz z rosnącym rozpowszechnieniem cukrzycy, coraz ważniejsze staje się posiadanie wiedzy o tym, jak można zminimalizować ryzyko wystąpienia choroby, a także o sposobach jej wykrywania i leczenia.

## Dwa główne typy cukrzycy

1

Cukrzyca pierwotna, wieku młodzieńczego, insulinozależna

2

Cukrzyca wieku dojrzałego, insulinozależna

Najczęstsza postać, stanowi ok. 80-90% wszystkich przypadków

# Przyczyny powstawania cukrzycy

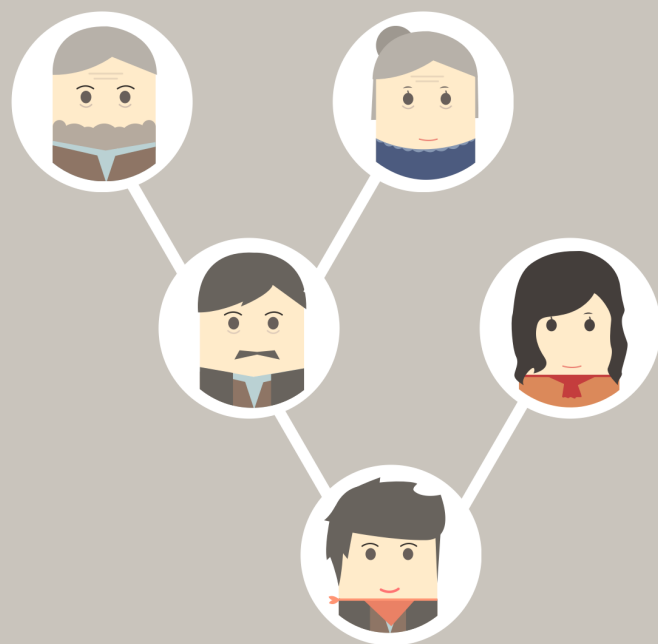
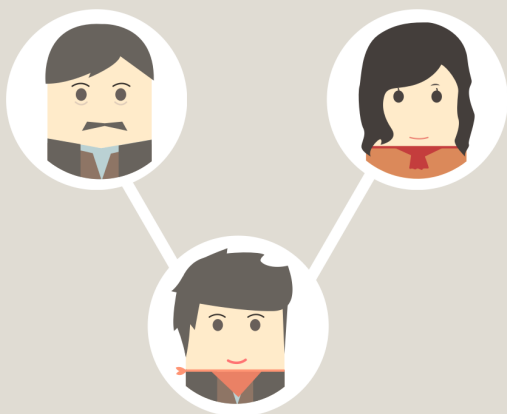
## Typ 1

### Czynniki genetyczne

## Typ 2

Dziedziczny się predyspozycje do powstawania cukrzycy, a nie samą chorobę

Cukrzyca typu 2 ma silniejszy związek z historią rodziny (dziedziczenie) niż typ 1.



### Czynniki środowiskowe

Nabyte mechanizmy immunologiczne (wywołane m.in. zakażeniami wirusowymi) ukierunkowane na niszczenie komórek beta trzustki wytwarzających insulinę

Wiek, otyłość, stany zapalne, nowotwory trzustki, związki chemiczne, stres, przeciążenie zawodowe



## Objawy

### Nadmierne zwiększenie stężenia glukozy we krwi, obecność cukru w moczu, czasami również acetonu

- Duże pragnienie i częste oddawanie moczu
- Utrata wagi mimo dużego apetytu
- Ogólne osłabienie, senność
- Zamazane lub podwójne widzenie

- Duże pragnienie i częste oddawanie moczu
- Utrata wagi mimo normalnego apetytu i diety
- Nieostre widzenie
- Drażliwość, apatia
- Zmęczenie i senność
- Łatwe powstawanie siniaków i wolniejsze gojenie się ran
- Nawracające zapalenia skóry, dziąseł, pęcherza moczowego
- Sucha, swędząca skóra

## Leczenie i zapobieganie cukrzycy typu 1 i 2

### Leczenie

Chorzy muszą kontrolować poziom cukru we krwi i przyjmować insulinę w formie iniekcji. Ponadto, muszą stosować się do odpowiednio dobranej diety oraz aktywności fizycznej



Konieczna jest zmiana diety, redukcja masy ciała, regularna aktywność fizyczna, przyjmowanie doustnych leków przeciwcukrzycowych, a w późniejszych fazach leczenia - przyjmowanie insuliny

