

Dijabetes

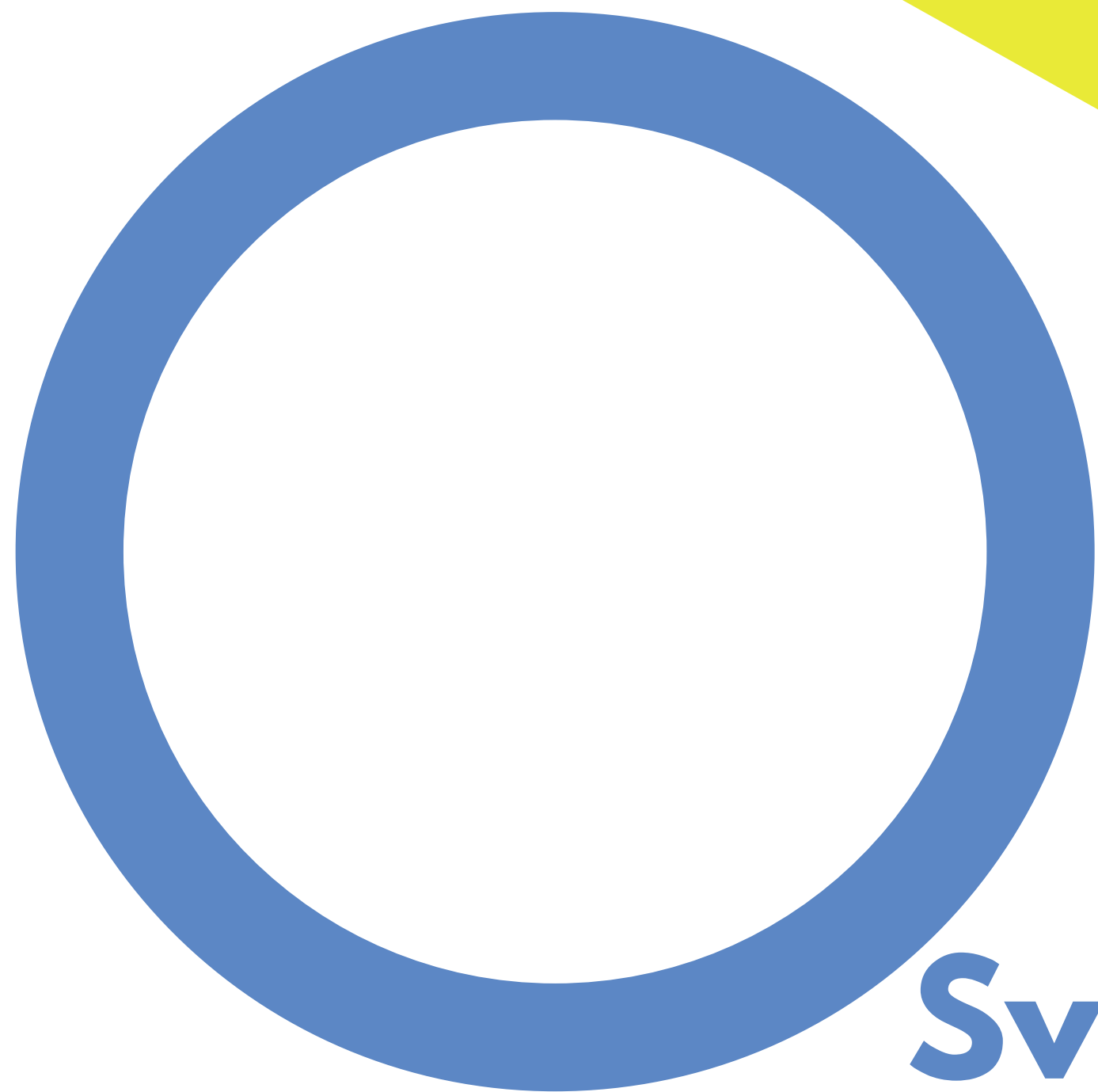
“Međunarodni dani podizanja svesti”





Dijabetološki savez Srbije





14. novembar
Svetski dan dijabetesa

Dijabetes tip 2

Primarni pokazatelj ovog dijabetesa je **insulinska rezistencija**, odnosno kada telo ne može potpuno da odgovori na insulin.

Zato što insulin **ne može** da radi kako treba, nivo šećera u krvi **skače** što dovodi do još većeg lučenja insulina. Nažalost, to može da **izmori pankreas**. Kao rezultat toga, on će lučiti sve manje i manje insulina što će dovesti do **još višeg nivoa** šećera u krvi.

Faktori rizika:

- porodična istorija dijabetesa
- prekomerna težina
- nezdrava ishrana
- fizička neaktivnost
- visok krvni pritisak
- starenje

Simptomi:

- prekomerna žeđ i suva usta
- učestalo mokrenje
- nedostatak energije, umor
- sporo zarastanje rana
- ponavljajuće infekcije kože
- zamagljen vid
- peckanje ili utrnulost u rukama i stopalima

Dijabetes tip 1

Ako imate dijabetes tip 1, vaš pankreas ne proizvodi insulin ili proizvodi vrlo malo insulina.

Dijabetes tip 1 se može razviti u bilo kom uzrastu, ali se najčešće javlja kod dece ili mladih. Osobama koje žive sa dijabetesom tip 1 potreban je svakodnevni unos insulina putem injekcija ili insulinske pumpe kako bi kontrolisale nivo šećera u krvi. Ako nemaju pristup insulinu, **umreće**.

Ne znamo šta tačno uzrokuje dijabetes tip 1. Međutim, istraživanja pokazuju da se mogućnost razvoja stanja neznatno povećava ako ga ima član porodice.

Postoje i faktori životne sredine, kao što je izloženost virusnoj infekciji, koja, zauzvrat, izaziva autoimunu reakciju.

Simptomi:

- Izražena žeđ i suva usta
- Nagli gubitak težine
- Učestalo mokrenje
- Nedostatak energije, umor
- Stalna glad
- Zamagljen vid

Gestacijski dijabetes

Gestacijski dijabetes je visok nivo šećera u krvi koji se razvija tokom trudnoće i često nestaje nakon porođaja.

Tokom trudnoće, placenta proizvodi hormone koji mogu ometaju sposobnost tela da efikasno koristi insulin. Ovo je poznato kao insulinska rezistencija, normalan deo trudnoće. Međutim, kod nekih žena, insulinska rezistencija postaje previsoka što dovodi do gestacijskog dijabetesa.

Faktori rizika:

- prekomerna težina ili gojaznost
- više od 45 godina
- porodična istorija dijabetesa ili gestacijskog dijabetesa u prethodnoj trudnoći
- sindrom policističnih jajnika

Simptomi:

- povećana žeđ i mokrenje
- umor
- zamagljen vid
- Mučnine
- Česte infekcije

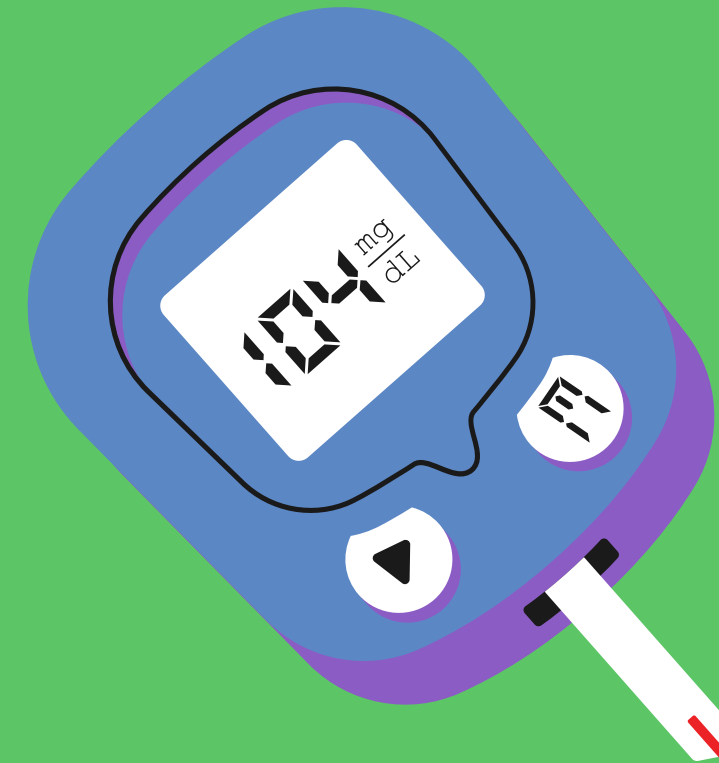
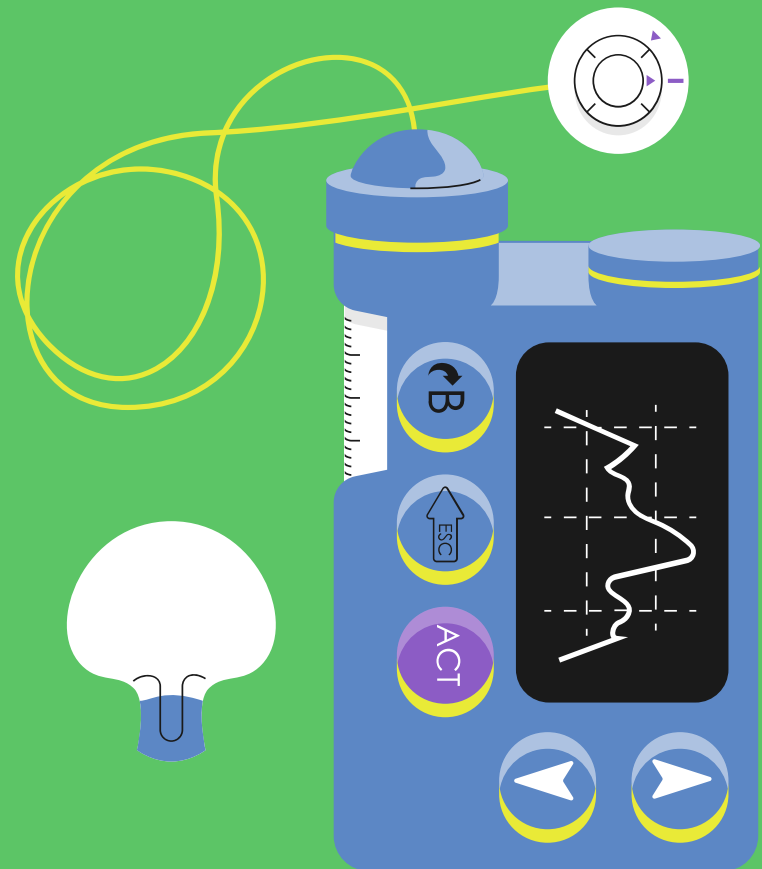
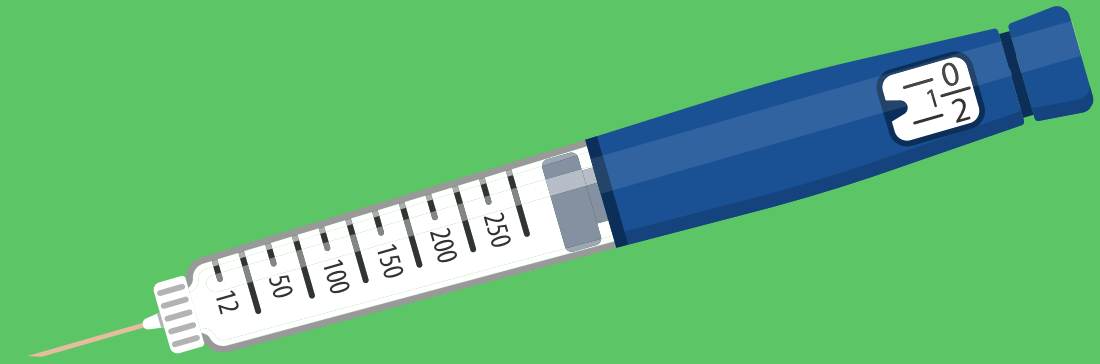
Hiperglikemija



Hipoglikemija

Savremena terapija

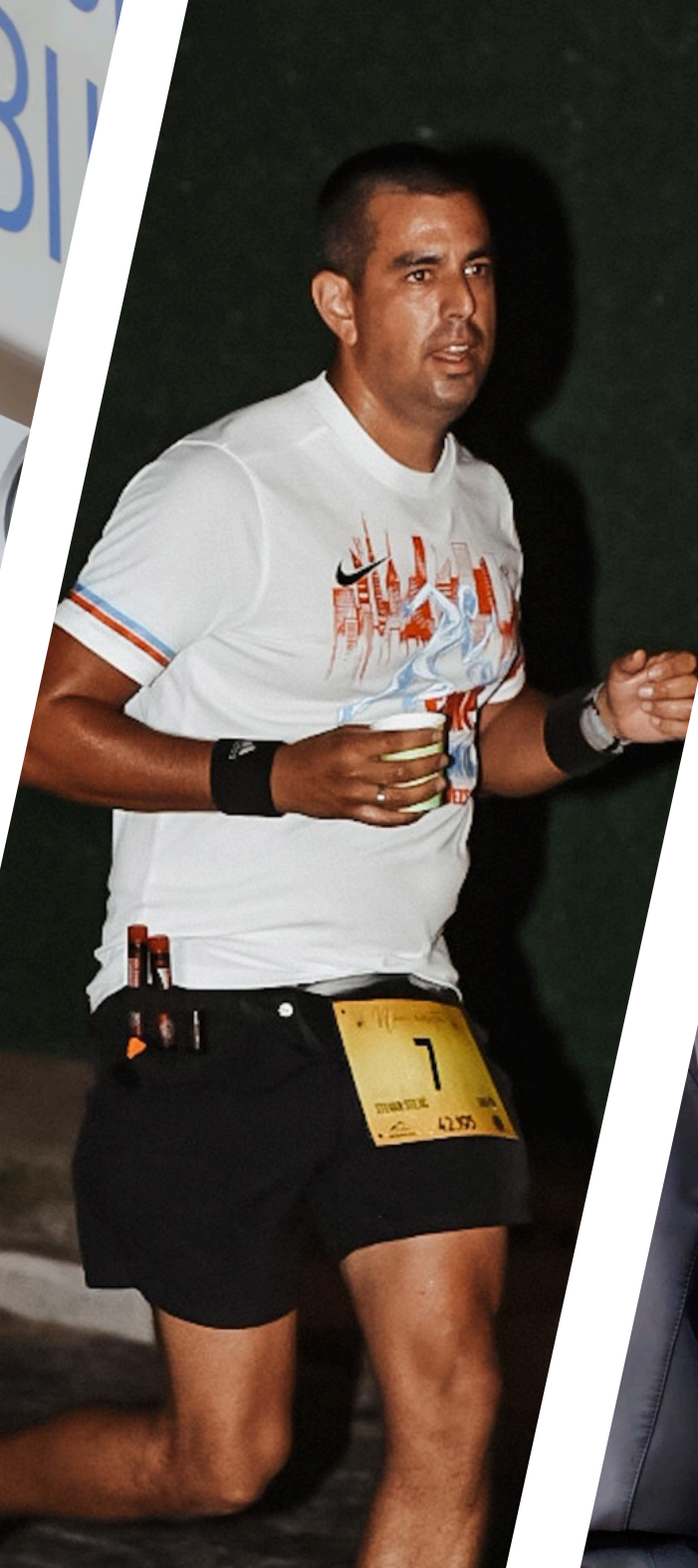
1. Insulini
2. Inovativni lekovi
3. Insulinske pumpe
4. Senzori za kontinuirano praćenje nivoa šećera



Mere prevencije

1. **Fizička aktivnost** - Bavljenje umerenom fizičkom aktivnošću je **preporučljivo i neophodno**.
2. **Ishrana** - zdrava i uravnotežena ishrana je od **velike važnosti**.
3. **Zdrav način života** - dovoljno **sna** i što manje **stresa**.
4. **Redovne kontrole krvne slike**.





diabeta.net



@diabetes_serbia



Dijabetološki savez Srbije