

Choroba, która nie boli... ale wyniszcza organizm

Data publikacji: 14.11.2014 12:05

Obecnie na cukrzycę choruje 246 milionów ludzi na całym świecie i przewiduje się, że w 2025 r. liczba chorych wyniesie 380 milionów. Chociaż prawie 4% ludności na świecie choruje na cukrzycę, wiedza na temat cukrzycy wciąż nie jest powszechna. W Polsce może być nawet 6 mln osób chorych na cukrzycę, jednak leczy się tylko niespełna połowa.

□

Razem z rakiem i chorobami serca cukrzyca jest głównym powodem zgonów w Polsce. Światowy Dzień Chorych na Cukrzycę obchodzony jest od 1991 r. 14 listopada. Jego głównym celem jest zwiększenie świadomości społeczeństwa o przyczynach, objawach, sposobie leczenia i powikłaniach związanych z cukrzycą. Według Światowej Organizacji Zdrowia liczba chorych na cukrzycę będzie systematycznie wzrastać. Cukrzyca jest chorobą cywilizacyjną, a najwięcej diabetyków jest w społeczeństwach rozwiniętych. Wiąże się to z niezdrowym stylem życia, nadmiernym spożywaniem żywności wysokoprzetworzonej, szczególnie fast foodów oraz brakiem aktywności fizycznej, co w konsekwencji prowadzi do otyłości.

Istnieją 2 podstawowe typy cukrzycy:

- **Cukrzyca typu 1** występuje wówczas, gdy Twój system odpornościowy niszczy komórki beta trzustki, które produkują insulinę. W rezultacie organizm wytwarza bardzo niewielkie ilości insuliny, albo nie wytwarza jej wcale. Chorzy na cukrzycę typu 1 muszą codziennie wstrzykiwać insulinę.
- **Cukrzyca typu 2** występuje wówczas, gdy trzustka nie produkuje wystarczającej ilości insuliny lub organizm nie jest w stanie właściwie wykorzystać wyprodukowanej insuliny. Cukrzyca typu 2 występuje niezależnie od wieku pacjenta. Ryzyko wystąpienia cukrzycy typu 2 jest tym większe im większa jest nadwaga, zarówno w przypadku kobiet, jak i mężczyzn.

Głównymi objawami cukrzycy są: Nadmierne pragnienie i suchość w ustach, Częste oddawanie moczu, Osłabienie, Nagły spadek masy ciała, Wolno gojące się rany, Powtarzające się infekcje oraz Zaburzenia widzenia.

Regularne sprawdzanie poziomu glukozy we krwi jest podstawowym badaniem pozwalającym wykryć cukrzycę zanim jeszcze spowoduje w organizmie liczne powikłania. Najczęstsze powikłania cukrzycy to zawał serca, zaburzenia krążenia w kończynach i konieczność amputacji stopy z powodu owrzodzeń i niegojących się ran.

Cukrzyca powoduje uszkodzenie naczyń krwionośnych, co w konsekwencji zwiększa ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną serca i udaru mózgu, niewydolność nerek oraz upośledzenia wzroku. Ponadto cukrzyca utrudnia codzienne życie. Osoba nią dotknięta musi stosować odpowiednią dietę, nosić ze sobą glukometr i insulinę, szczególnie dbać o higienę osobistą i nie dopuszczać do zranień, gdyż rany u cukrzyków goją się szczególnie źle.

Drogi czytelniku! Każdy z nas nawet jeśli uważamy, że jesteśmy zdrowi, powinien raz na pół roku poddać się badaniu poziomu glukozy we krwi, a raz w roku kontrolnie udać się do lekarza okulisty. Nie zajmuje to naprawdę dużo czasu, a wielokrotnie może nie doprowadzić do problemów zdrowotnych czy kalectwa.

Andrzej Koenig