Dzisiaj Światowy Dzień Walki z Cukrzycą

Data publikacji: 26.06.2021 22:24

Duże pragnienie i częste oddawanie moczu, utrata wagi, mimo dużego apetytu ogólne osłabienie, senność, zamazane lub podwójne widzenie, łatwe powstawanie siniaków, wolniejsze gojenie ran. To niestety najważniejsze objawy cukrzycy. Jest to choroba zdradliwa ponieważ „nie boli ale wyniszcza organizm". Dzisiaj (27.06.) obchodzony jest Światowy Dzień Walki z Cukrzycą.

Dzień ten, obchodzony jest w rocznicę odkrycia insuliny przez Fredericka Bantinga. Dzięki insulinie z choroby nieuleczalnej i prowadzącej do śmierci – cukrzyca stała się chorobą przewlekłą. Cukrzyca jest metaboliczną chorobą charakteryzującą się podwyższonym poziomem glukozy, która z czasem może prowadzić do poważnego uszkodzenia serca, naczyń krwionośnych, oczu, nerek i nerwów. Obchody Dnia Walki z Cukrzycą mają na celu podniesienie świadomości ludzi oraz okazanie wsparcia osobom chorym na to „słodkie" schorzenie.

Według danych WHO około 422 milionów ludzi na całym świecie choruje na cukrzycę, szczególnie w krajach o niskim i średnim dochodzie, a 1,6 miliona zgonów rocznie jest bezpośrednio przypisywanych cukrzycy. Zarówno liczba przypadków, jak i częstość występowania cukrzycy stale wzrastały w ciągu ostatnich kilku dekad. W Polsce już co najmniej 3 mln Polaków choruje na cukrzycę, ale nawet 1 mln spośród nich nie zdaje sobie z tego sprawy, bo wciąż nie ma wykrytej choroby.

Do podstawowych rodzajów cukrzycy należą:
- cukrzyca typu 1 znana kiedyś jako cukrzyca młodzieńcza lub cukrzyca insulinozależna - jest przewlekłym stanem, w którym trzustka sama wytwarza niewielką ilość insuliny lub nie wytwarza jej wcale;
- cukrzyca typu 2 - występuje zwykle u dorosłych w sytuacji, gdy organizm staje się oporny na insulinę lub nie wytwarza jej w wystarczającej ilości.
- cukrzyca u ciężarnych - to zaburzenie przemiany węglowodanów zaobserwowane u kobiety po raz pierwszy w czasie ciąży.

Cukrzycę można wykryć podstawowymi badaniami krwi i moczu. Leczenie cukrzycy polega na podawaniu choremu odpowiedniej dawki insuliny oraz leków doustnych. Aby zmniejszyć ryzyko zachorowania na cukrzycę należy: prowadzić aktywny tryb życia, kontrolować masę ciała, ograniczać w swojej diecie produkty zawierające cukry i tłuszcze, regularnie badać poziom ciśnienia tętniczego, unikać używek.

Z cukrzycą jak z każdą inną chorobą da się żyć. Należy jednak uważać na styl życia, aktywność fizyczną, spożywane produkty i najważniejsze kontrolować poziom glukozy we krwi. „Nie daj się cukrzycy" – hasło przyświecające cukrzykom na jednym z portali poświęconemu tej chorobie.

Andrzej Koenig