

# 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, insulinoniezależna

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

# Przyczyny powstawania cukrzycy

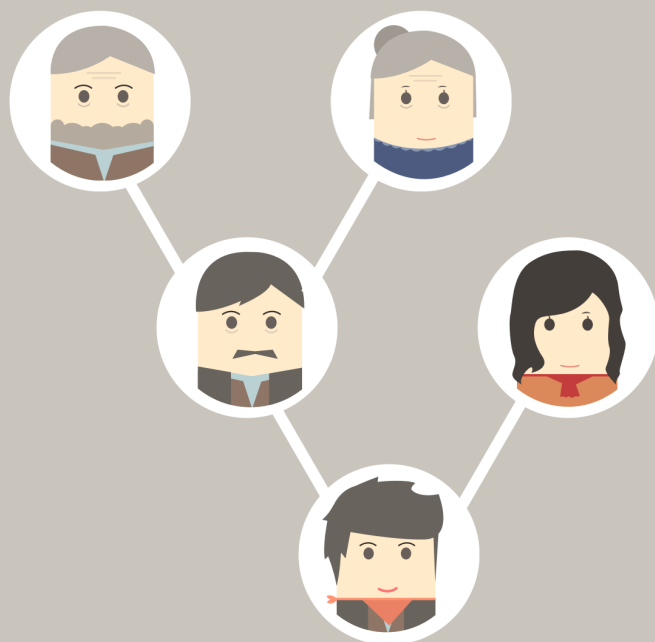
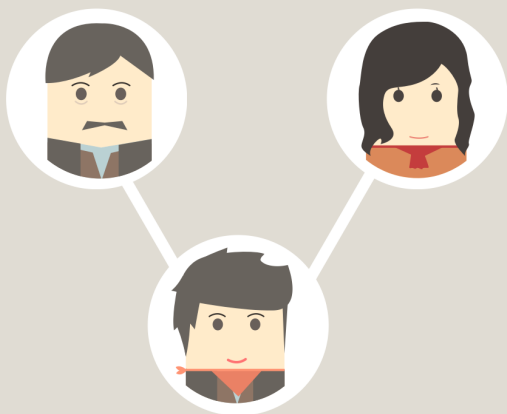
## Typ 1

### 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

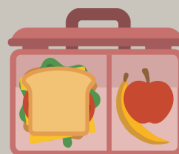
## Leczenie i zapobieganie cukrzycy typu 1 i 2

### 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



## Fakty



- ✓ Według statystyk w Polsce na cukrzycę choruje od 2 mln do 3 mln osób, przy czym 1/3 jest niezdiagnozowana. Dodatkowo stan przedcukrzycowy dotyczy od 2 do 2,5 mln osób.
- ✓ W 2012 r. cukrzyca była bezpośrednią przyczyną około 1,5 miliona zgonów na świecie, z których 80% miało miejsce w państwach o niskich i średnich dochodach.
- ✓ Według prognoz WHO do 2030 r. cukrzyca stanie się 7 najczęściej występującą przyczyną zgonów, a na świecie będzie żyło aż 375 mln diabetyków.
- ✓ W ciągu ostatnich 15 lat aż czterokrotnie wzrosła liczba zachorowań na cukrzycę typu 1 wśród dzieci w wieku przedszkolnym i każdego roku przybywa ok. 4% chorych w wieku rozwojowym.
- ✓ Ważne jest wczesne wykrycie cukrzycy - długo utrzymujący się podwyższony poziom cukru we krwi uszkadza naczynia krwionośne (w oczach, nerkach, mózgu, sercu, kończynach dolnych)
- ✓ Nieleczona cukrzyca prowadzi do powikłań i może być przyczyną:
  - upośledzenia wzroku
  - niewydolności nerek
  - choroby wieńcowej
  - niedokrwienia kończyn dolnych (stopa cukrzycowa)
  - udaru mózgu

