

---

BOLESTI  
SRCA  
I

# ŠEĆERNA BOLEST

---





**Šećerna bolest nastaje kada organizam ne može kontrolirati količinu glukoze (šećera) u krvi. Ukoliko se ne tretira, visoka koncentracija glukoze može dovesti do nepovratnih oštećenja organa i tkiva.**

Visok nivo šećera u krvi omogućava lakše lijepljenje masnih naslaga na unutrašnji zid arterija, što dovodi do smanjenja protoka krvi i u konačnici do mogućeg srčanog ili moždanog udara.

Kada koronarne arterije koje snabdijevaju srce krvlju, postanu previše sužene, nastaje koronarna srčana bolest. Ona može dovesti do simptoma kao što su pritisak i bol u grudima, kratkoća daha i brzo zamaranje.

### **Kako šećerna bolest utiče na mogući nastanak bolesti srca?**

Osobe koje imaju šećernu bolest imaju mnogo veći rizik za razvoj bolesti srca. One također imaju veći rizik da dobiju koronarnu srčanu bolest, srčani i moždani udar.

**Među populacijom oboljelim od šećerne bolesti, žene imaju veću vjerovatnoću nastanka bolesti srca.**



# TIPOVI ŠEĆERNE BOLESTI

**Nastanak šećerne bolesti** Koncentracija glukoze u krvi je primarno određena nivoom inzulina kojeg luči gušterača. Šećerna bolest je hronično oboljenje koje nastaje:

- kada Vaš organizam nikako ne proizvodi inzulin ( šećerna bolest tip 1)
- kada Vaš organizam ne proizvodi dovoljnu količinu inzulina, odnosno inzulin ne djeluje na pravi način (šećerna bolest tip 2) .

**Šta povećava rizik za nastanak šećerne bolesti**

Ukoliko imate ozbiljno mentalno oboljenje, imate veću vjerovatnoću nastanka šećerne bolesti.

**Ovaj rizik je izraženiji pod uticajem sljedećih faktora:**

- prekomjerna tjelesna težina
- nedovoljna aktivnost
- pušenje
- konzumacija više od dozvoljene dnevne doze alkohola

**Rizik za šećernu bolest je veći i ako:**

- imate članove porodice koji boluju od šećerne bolesti a sa kojima ste u direktnom krvnom srodstvu

Određene vrste lijekova mogu uticati na Vašu tjelesnu težinu, posebno lijekovi za mentalna oboljenja. Kako bi smanjili rizik za šećernu bolest, važno je da redovno uzimate lijekove i održavate zdrave stilove života.



# KAKO PRIMIJETITI SIMPTOME ŠEĆERNE BOLESTI

## Simptomi

Simptomi šećerne bolesti tip 1 se obično primijete jako brzo i u ranoj životnoj dobi. Simptomi šećerne bolesti tip 2 obično nisu jako progresivni i ne primjećuju se u ranoj fazi bolesti. Nerijetko se posumnja na šećernu bolest nakon ozbiljnih komplikacija ili redovnih kontrola kod porodičnog ljekara.



## Glavni simptomi šećerne bolesti su:

- stalni osjećaj umora
- gubitak težine
- stalna žeđ
- učestalo mokrenje, obično noću
- zamagljen vid
- sporo cijeljenje rana i posjekotina

Ukoliko imate jedan ili više pomenutih simptoma, javite se Vašem porodičnom ljekaru!

## Pametne zamjene



G\_ Wfa T[WaY Z^VTS [dpW  
bdhTSfW[ fWdS^ [Z^W [e\_ Wg  
dpg. AhW S\_ [d [WbadW  
aeàTS Sg WwV [g [ [ WhSe  
ef [ VgpWhd [W VZ

Ba]g=SfWS\_ [W [f[eSf] [-W  
]aS WèSha W tSeSvawes  
e\_d`gf\_ YaYgfa\_ žGh[VV  
bSl [fW Sha WèShW] a\_  
]a↑ [ a\_ -WwS