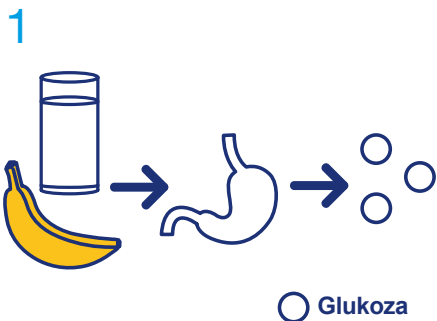
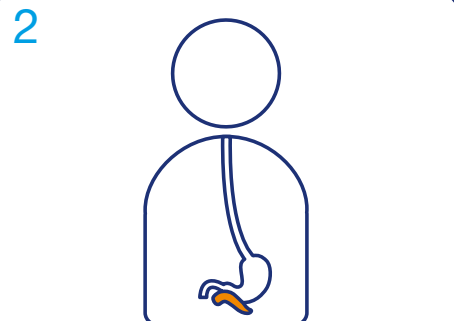


Upoznajmo diabetes

Šta se dešava u zdravom tijelu bez diabetesa



Hrana koja sadrži ugljikohidrate, u probavnom traktu se razlaže u glukozu (šećer) koji nam daje energiju.



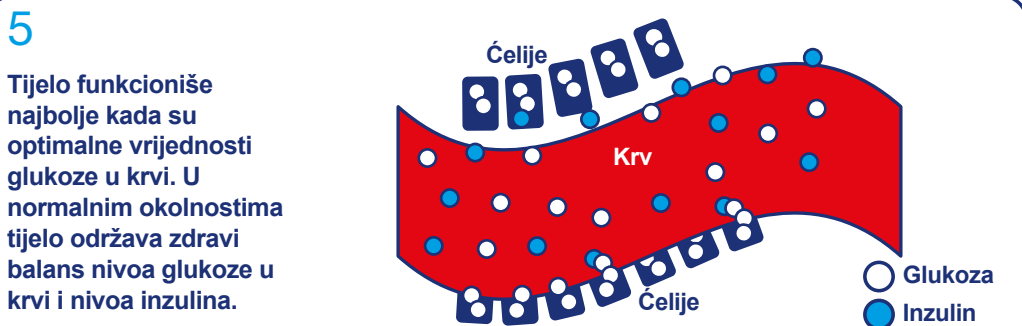
Gušterača luči inzulin. Inzulin pomaže ćelijama u tijelu da iskoriste šećer iz hrane koju jedemo.



Inzulin je lako zamisliti kao ključ koji otključava vrata ćelije kako bi glukozu mogla ući u ćeliju.

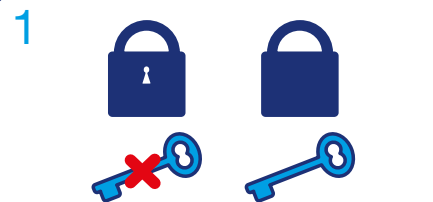


Kada je ćelija "otvorena" od strane inzulina, tek tada može iskoristiti energiju iz glukoze. Na taj način nivo glukoze u krvi polako opada.

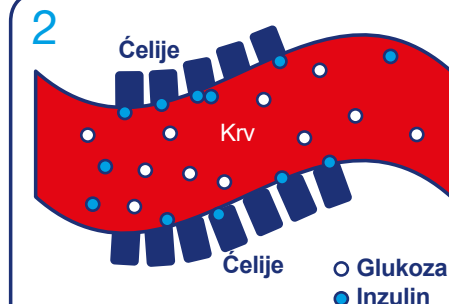


Tijelo funkcioniše najbolje kada su optimalne vrijednosti glukoze u krvi. U normalnim okolnostima tijelo održava zdravi balans nivoa glukoze u krvi i nivoa inzulina.

Šta se dešava u bolesnom tijelu sa diabetesom tip 2



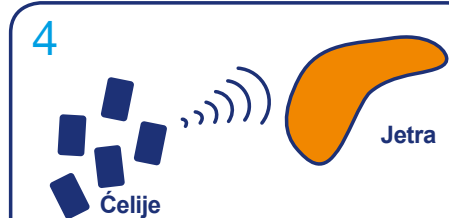
Kod diabetesa tip 2 tijelo ili ne proizvodi dovoljnu količinu inzulina ili inzulin ne funkcioniše dobro.



Ovo znači da inzulin ne može pravilno "otvoriti vrata ćelije" čime raste nivo glukoze u krvi.



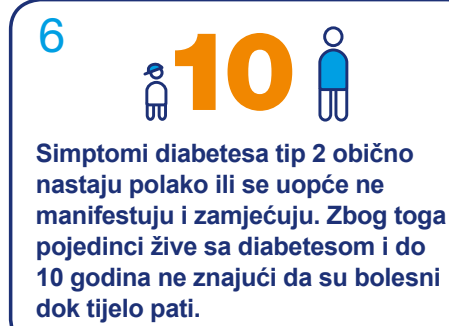
Kao odgovor na ovo gušterača luči još više inzulina. Zbog toga, i nivo glukoze u krvi i nivo inzulina nastavlja da raste a ćelije i dalje nemaju dovoljno glukoze.



Ćelijam koje vane za glukozom odnosno energijom, i šalju impuls ka jetri da oslobodi pohranjenu glukozu.



Nivo glukoze u krvi sve više raste, a gušterača luči sve više inzulina što dovodi do iscrpljenosti gušterače.



Simptomi diabetesa tip 2 obično nastaju polako ili se uopće ne manifestuju i zamjećuju. Zbog toga pojedinci žive sa diabetesom i do 10 godina ne znajući da su bolesni dok tijelo pati.

Komplikacije diabetesa

Diabetes tip 2 je neophodno staviti pod kontrolu te shvatiti kao ozbiljno oboljenje. Ukoliko se ne liječi pravilno može dovesti do ozbiljnih i po život opasnih komplikacija.

Adekvatnom kontrolom uveliko možete smanjiti rizik za nastanak nekih od sljedećih komplikacija diabetesa.

Vaše oči



Diabetes može biti jedan od uzroka gubitka vida koji se može spriječiti. Visoka koncentracija šećera u krvi tokom dugog perioda može oštetiti krvne sudove oko mrežnice, dijela oka koji je direktno odgovoran za vid, kao i samu mrežnicu.

Ovo stanje se naziva retinopatija. Ono može dovesti do djelomičnog gubitka vida ili sljepila. Zbog toga diabetičari moraju redovno kontrolisati vid i oči kod oftamologa kako bi na vrijeme dobili odgovarajuću terapiju.

Vaša stopala



Svake sedmice u svijetu se uradi preko 160 amputacija donjih ekstremiteta kao direktne posljedice diabetesa. Razlog tome je što visok nivo šećera u krvi može dovesti do oštećenja nerava i krvnih sudova donjih ekstremiteta. Ovo može biti posljedica da osoba sa diabetesom ne osjeća bol u stopalima ukoliko se posiječe ili opeče. Zbog toga svaki diabetičar mora najmanje jednom godišnje obaviti pregled na diabetičko stopalo, a obavezno svakodnevno sam pregledati svoja stopala.

Komplikacije diabetesa

Vaši bubrezi



Jedna od tri osobe sa diabetesom tokom života oboli od bolesti bubrega. To se dešava zbog oštećenja sitnih krvnih sudova u bubrežima. Takvo stanje se polako razvija tokom dugogodišnjeg izlaganja bubrega visokoj koncentraciji šećera u krvi. Zbog toga je važno barem jednom godišnje provjeriti funkciju bubrega.

Komplikacije u trudnoći



Ukoliko ste trudni ili planirate trudnoću postoje određene komplikacije u trudnoći koje su posljedica diabetesa. Obavezno razgovarajte sa Vašim diabetologom i ginekologom o mogućim komplikacijama.

Srčani i moždani udar



Ljudi obično ne dovode u vezu srčani i moždani udar sa diabetesom. Međutim to nije tačno. Oštećenje krvnih sudova srca zbog visokog nivoa šećera u krvi tokom dužeg vremenskog perioda značajno povećava rizik za oboljevanje od kardiovaskularnih bolesti. Kako biste smanjili ovaj rizik redovno kontrolišite šećer u krvi a barem jednom godišnje holesterol. Prestanite pušiti i usvojite zdrave životne stilove kako bi smanjili nivo šećera i holesterola u krvi.