



Proiect cofinanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Axa prioritară 5: „ Dezvoltare locala plasata sub responsabilitatea comunitatii”

Titlu proiect: „ Masuri integrate de combaterea a marginalizarii si excluziunii sociale in comuna Desa”

Cod contract: POCU/827/5/2-140917

Beneficiar: Comuna Desa

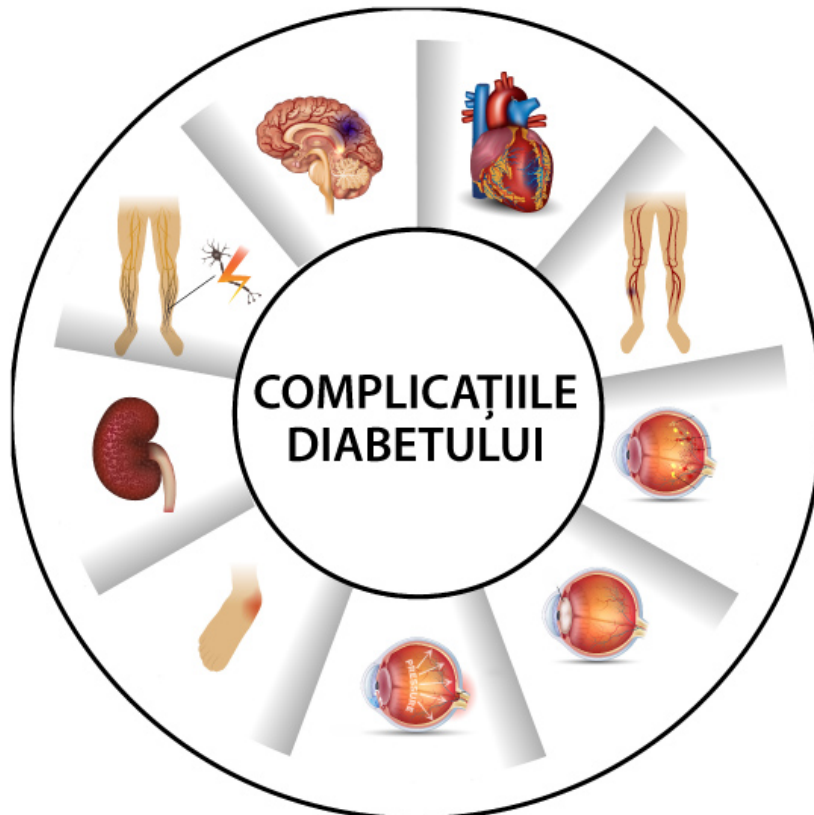
Partener: Scoala Gimnaziala Desa

Material de informare

Diabetul zaharat

Faptul că diabetul provoacă o mulțime de tulburări periculoase în organism, cu siguranță știam înainte de asta, așa că am venit la medic pentru tratament.

În cele din urmă, am aflat că în țara noastră diabetul este considerat o boală incurabilă, dar medicii prescriu încă o grămadă de medicamente, deoarece diabetul duce la complicații grave în toate organele:



1. Leziuni vasculare. Micro- și macroangiopatia la diabetul zaharat afectează vasele de sânge, ele devin fragile. Cu această formă de boală, hemoragiile, trombozele și chiar ateroscleroza sunt posibile.
2. Deteriorarea nervilor. Polineuropatia diabetică afectează negativ sensibilitatea la temperaturi. Arsuri, furnicături, amorțeală sunt semne evidente de polineuropatie. Mai ales senzații ascuțite apar noaptea. Datorită caracteristicilor bolii, purtătorii acestei forme primesc adesea diferite leziuni.
3. Pierderea vederii. La diabet, există o oftalmopatie care afectează în mod dezastruos vederea. Pe fondul diabetului, cataracta se dezvoltă, orzul crește, care este dificil de resorbit.

4. Sindromul piciorului diabetic. Boala se manifestă sub formă de răni purulente, dureri osoase și articulare ale tălpii. Astfel de procese apar din cauza tulburărilor în nutriția vaselor de sânge, a nervilor și a țesuturilor moi.

5. Simptome diabet. Cum diferă manifestările în funcție de tipul de diabet

6. În cazul diabetului de tip 2 simptomele sunt de obicei foarte ușoare, de aceea sunt și trecute cu vederea. Bolnavul își dă seama că are o problemă abia după ce boala evoluează foarte mult și produce daune serioase organismului.
7. La diabetul de tip 1 în schimb, simptomele sunt foarte acute și apar brusc, în decursul a câteva săptămâni de la declanșarea bolii.
8. În ambele cazuri, simptomele sunt în mare măsură similare, deși există și anumite manifestări specifice fiecărui tip în parte. Ele sunt provocate de creșterea anormală a nivelului glicemiei din sânge.



Simptome diabet: cele mai frecvente manifestări

Foame și oboseală

Aceste două simptome sunt legate între ele, pentru că apar din cauza imposibilității corpului de a transforma hrana în energie. În mod normal, corpul transformă alimentele consumate în glucoză, iar celulele folosesc această glucoză pentru a produce energie. În lipsa insulinei, pe care organismul unui diabetic nu o poate produce, celulele nu au insulină și astfel glucoza nu mai este transformată în energie. Bolnavul se simte mereu foarte obosit și flamând.

Urinare frecventă și sete excesivă

Bolnavii de diabet urineză mult mai des ca oamenii obișnuiți. În plus, le este mereu sete. De ce? În cazul unui organism bolnav de diabet, rinichii nu mai pot reduce nivelul glicemiei din sânge, așa cum ar fi normal. De aceea, ei produc mereu tot mai multă urină, încercând să rezolve problema. Iar producerea de urină necesită consumarea a cât mai multe lichide, prin urmare bolnavului îi va fi foarte sete.

Gură uscată și mâncărimi ale pielii

Din cauza urinatului excesiv, apare o deshidratare a organismului. Acest lucru se manifestă mai ales prin senzația de gură uscată și prin mâncărimi ale pielii.

Simptome diabet. Manifestări specifice pentru diabetul tip 1

Și diabetul de tip 1 are câteva simptome specifice:

- **pierdere în greutate neintenționată** – organismul nu mai poate transforma hrana în energie și atunci începe să consume din grăsime și din masa musculară
- **greață și vomă** – la un bolnav de diabet, organismul se hrănește mai mult din lipide (grăsime), pe care le pot asimila fără să aibă nevoie de insulină. Dar consumul excesiv de lipide poate duce la formarea de *corpi cetonici*, compuși toxici care pătrund în sânge și provoacă o gravă complicație a diabetului – *cetoacidoza*. Această afecțiune se manifestă prin greață și vomă și este o urgență medicală.

Iată care sunt cele mai frecvente simptome ale diabetului. Ele sunt foarte multe și diferite, de aceea sunt deseori trecute cu vederea, pentru că nu par să indice o boală, ori sunt puse pe seamă altor afecțiuni cunoscute.

Este bine să mergem la medic pentru analize, dacă recunoaștem una sau mai multe dintre aceste manifestări care pot indica diabetul. Descoperit din timp, diabetul poate fi ținut sub control prin dietă și tratament.

Diabetul zaharat de tip 2, cunoscut și sub numele de diabet zaharat la debut sau non-insulino-dependent, este o afecțiune cronică care influențează modul în care corpul metabolizează zahărul (glucoza), sursa importantă de combustibil a organismului. În cazul diabetului de tip 2, corpul dvs. fie rezistă efectelor insulinei - un hormon care reglează circulația zahărului în celulele dumneavoastră, fie nu produce suficientă insulină pentru a menține un nivel normal de glucoză.

Mai frecvent la adulți, diabetul de tip 2 afectează din ce în ce mai mult copiii, pe măsura ce crește obezitatea infantilă

Nu există nici un tratament care să vindece diabetul de tip 2, dar este posibil să reușiți să gestionați condiția printr-o dietă echilibrată, exerciții și menținerea unei greutăți sănătoase. Dacă acestea nu sunt suficiente, este posibil să aveți nevoie de medicamente pentru diabet sau de terapie cu insulină.

Cauze / Agent infecțios / Factori de risc

Cauzele diabetului zaharat de tip 2

Diabetul de tip 2 se dezvoltă atunci când organismul devine rezistent la insulina sau atunci când pancreasul nu mai produce suficient insulina.

Cum funcționează insulina

Insulina este un hormon care provine din glanda situată în spatele și sub stomac (pancreas). Pancreasul secretă insulina în sânge. Insulina circulă, permițând zahărului să intre în celule, scăzând cantitatea de zahăr din sânge.

Care este rolul glucozei

Glucoza - un zahăr - este o sursă principală de energie pentru celulele care alcătuiesc mușchii și alte țesuturi. Zahărul este absorbit în sânge, unde intră în celule cu ajutorul insulinei. Ficatul dvs. stochează și produce glucoza. Atunci când nivelurile de glucoză sunt scăzute, cum ar fi atunci când nu ați mâncat într-un timp, ficatul sparge glicogenul stocat în glucoză pentru a vă menține nivelul de glucoză într-un interval normal. În cazul diabetului de tip 2, acest proces nu funcționează bine. În loc să fie mutat în celule, zahărul se acumulează în sânge.

Factori de risc pentru diabetul zaharat de tip 2

Factori care măresc riscul apariției diabetului de tip 2 pot fi:

- Greutatea;
- Lipsa activității fizice;
- Cazuri de diabet tip 2 în familie;
- Varsta, riscul crescând odată cu îmbătrânirea.

Diabetul de tip 2 poate fi ușor de ignorat, mai ales în primele etape când nu se manifestă simptome. Dar diabetul afectează multe organe importante, inclusiv inima, vasele de sânge, nervii, ochii și rinichii. Controlul nivelurilor de zahăr din sânge poate ajuta la prevenirea acestor complicații.



Simptome

Semnele și simptomele diabetului de tip 2 se dezvoltă adesea încet. De fapt, puteți avea diabet de tip 2 de ani de zile și nu-l știți. Cele mai frecvente simptome pe care le puteți experimenta sunt:

- Creșterea setei și urinarea frecventă. Excesul de zahăr care se formează în sânge determină scoaterea fluidului din țesuturi. Acest lucru vă poate lăsa însetat. Ca urmare, puteți bea, și urina, mai mult decât de obicei;
- Creșterea senzației de foame. Fără insulină suficientă pentru a muta zahărul în celulele tale, mușchii și organele tale acumulează prea multă energie. Acest lucru declanșează o senzație de foame intensă;
- Pierdere în greutate. În ciuda faptului că mâncați mai mult decât de obicei pentru a ține senzație de foame sub control, există posibilitatea să pierdeți în greutate. Fără capacitatea de a metaboliza glucoza, organismul utilizează combustibili alternativi depozitați în mușchi și grăsimi. Calorii sunt pierdute deoarece excesul de glucoză este eliberat în urină.

Alte simptome ale diabetului de tip 2 sunt:

- Oboseala;
- Vedere neclară;
- Infecții frecvente;
- Zone de piele întunecată.

Tratament

Pentru a controla diabetul de tip 2 trebuie sa mancati sanatos si sa faceti sport in mod regulat. Contrar perceptiei populare, nu exista o dieta specifica diabetului. Cu toate acestea, este important sa va centrati dieta pe aceste alimente bogate in fibre, cu continut scazut de grasimi. De asemenea, va trebui sa consumati mai putine produse de origine animala, carbohidrati rafinati si dulciuri. Uneori, sunt necesare medicamente sau administrarea de insulina. Este foarte important sa va monitorizati zilnic nivelul zaharului din sange