

Šećerna bolest (Diabetes mellitus)

Šećerna bolest je hronično stanje koje nastaje kad gušterača prestane potpuno ili djelomično proizvoditi inzulin ili proizvedeni inzulin nije djelotvoran u organizmu zbog otpornosti stanica na njega.

Osnovna je osobina bolesti povišena razina šećera u krvi. Višak šećera "lijepi" se na zidove malih i velikih krvnih sudova te ih oštećuje. Ta oštećenja koja se događaju tokom vremena nisu bolna, ali polako narušavaju rad organa u kojima se nalaze krvni sudovi. Najčešće pogođeni organi, odnosno dijelovi tijela, su oči, bubrezi, te nervne ćelije. Te promjene nazivamo hroničnim komplikacijama šećerne bolesti.

Ima nekoliko tipova šećerne bolesti:

Šećerna bolest tipa 1 javlja se najčešće u mlađih osoba, iako može početi u bilo kojoj dobi. U ovom tipu šećerne bolesti inzulina nema jer ga gušterača ne proizvodi. To se događa zbog upalne reakcije tijela protiv vlastitih stanica gušterače. Uzrok razvoja šećerne bolesti tipa 1 je još nepoznat, ali vjerojatno se radi o kombinaciji nasljedne sklonosti i okolnih faktora poput virusa koji su okidač za početak bolesti.

Šećerna bolest tipa 2 najčešći je oblik šećerne bolesti. Javlja se većinom u starijoj dobi. Ponekad ga neispravno nazivaju i starački dijabetes, ali povećana učestalost debljine pomiče dobnu granicu sve ranije pa je moguća i sve češća njegova pojava i u mladih. Povećani rizik za razvoj šećerne bolesti tipa 2 imaju u prvom redu osobe koje imaju prekomjernu tjelesnu težinu. Rizik je posebno velik ako je debljina posebno izražena u području struka, ako je povišen krvni tlak i povećane masnoće u krvi. Naslijeđe je također važan faktor u povećanju rizika za šećernu bolest tipa 2.

Šećernu bolest u trudnoći nazivamo još i gestacijski dijabetes. Gestacijski dijabetes javlja se zbog povećane inzulinske rezistencije kao posljedice lučenja posebnih hormona u trudnoći. Rizik za razvoj gestacijskog dijabetesa imaju žene s prekomjernom težinom, ako imaju roditelja ili srodnika sa šećernom bolešću, ako su već rodile dijete s prekomjernom težinom ili ako su prije trudnoće već imale granično povišene vrijednosti šećera u krvi. To je obično privremeni poremećaj, najčešće se javlja u drugoj polovici trudnoće i nakon poroda se povlači.

Simptomi šećerne bolesti

- pretjerana žeđ;
- često mokrenje;
- glad;
- neočekivani pad ili porast tjelesne težine;
- slabost, umor;
- zamagljen vid;
- razdražljivost;
- sporo zacjeljivanje rana i modrica;
- trnci ili gubitak osjeta u šakama ili stopalima;

- česte infekcije zubnog mesa ili kože.

Ako neka osoba ima više od 2-3 gore navedena simptoma koji traju duže vrijeme mora otići svom ljekaru da izvrši kontrolu visine šećera u krvi.

Principi u liječenju šećerne bolesti

Zdrava prehrana i redovita tjelesna aktivnost izrazito su važne u liječenju oba tipa šećerne bolesti. Međutim, to ponekad nije dovoljno već su nam potrebni i lijekovi.

Osobe koje boluju od dijabetesa tipa 1 svakodnevno moraju nadomjestiti inzulin jer ga njihova gušterača više ne može sama proizvoditi.

Liječenje dijabetesa tipa 2 (uz uvijek potrebnu dijetu i tjelovježbu) provodi se oralnim antidijabeticima (tabletama za liječenje šećerne bolesti), njihovom kombinacijom te inzulinom kada se iscrpe zalihe prirodnog inzulina u gušterači.

Što su razine šećera u krvi bliže normalnim vrijednostima, smanjit će se mogućnost komplikacija šećerne bolesti.