

Jak poznat cukrovku

Cukrovka je záludná tím, že nebolí. Relativně dlouho nám také nezpůsobuje žádné potíže.

Když je způsobovat začne, bývá už zle.

Může nás zabít i zmrzačit.

Petr Veselý

Zrychluje totiž kornatění cév. Hrozí pak infarkty a mrtvicemi. Ale také selháním ledvin, ztrátou zraku, a také postupnou ztrátou citlivosti kůže v určitých oblastech (tzv. neuropatie). Nebo amputacemi nohou, na kterých dochází kvůli špatné výživě k chronickým zánětům tkání a k jejich odumírání (diabetická noha).

Absurdní při tom je, že skoro všechny tyto komplikace cukrovky, tedy diabetu, bývají zbytečné. Stačí udržet pomocí diety nebo inzulínu krevní cukr v předepsané výši a nadbytečná kila na uzdě. Cukrovkář se pak dožije prakticky stejného věku jako zdravý člověk a bez velkých potíží.

Musí se však chovat racionálně. Řada lidí, u kterých se objeví příznaky nemoci, se bojí jít k lékaři. Mají pocit, že cukrovka, to je ta hnusná choroba, která zabíjí a mrzačí. A proto vyhybají pravdě.

Komu hrozí nejvíc

Jsou lidé, u kterých je riziko nemoci vyšší. Například u lidí,

jejichž rodiče nemoc trápila nebo trápí. To znamená, že k ní mají vrozené dispozice. Záleží ovšem jen na nich, jestli je rozvinou nebo co nejvíc přibrzdí.

Dalším rizikem pro vznik choroby bývá vysoká hladina cholesterolu, tedy krevních tuků. Vysoký krevní tlak. Zvýšená glykemie, tedy hladina krevních cukrů. Nadváha.

Prevít téměř bez příznaků

Naprostou většinu cukrovkářů tvoří diabetici druhého typu. U nich obvykle dochází k inzulínové rezistenci, tedy k necitlivosti tkání na inzulín. Ten pomáhá krevnímu cukru vstupovat do buněk. Je pro ně zdrojem energie. Cukr se pak hromadí v krvi, kde vyvolává řadu potíží.

Typickým příznakem rozvinuté nemoci je žízeň a nadměrné močení, včetně močení nočního. Dalším příznakem může být únava, malátnost, nevykonnost,

podobně jako hubnutí při normální chuti k jídlu. Někdy u nemocného kolísá ostrost zraku. Zpočátku se ale choroba nijak výrazně neprojevuje.

Víc než jedno vyšetření

Normální hodnota krevního cukru (tzv. glykemie) nalačno je 3,8 až 5,6 mmol/l. Za projev nemoci považují lékaři glykemii na lačno vyšší než 7,0 mmol/l. A kdykoliv během dne vyšší než 11,1 mmol/l. Existují ještě další vyšetření. V poslední době lékaři často zkoumají takzvaný glykovaný hemoglobin. Ten totiž ukazuje, jak jsme na tom byli s hladinou krevního cukru za poslední 2–3 měsíce. Zachytí ty pacienty, kteří měli ostatní měření na hranici normy, a cukr se jim nad ni vyhoupe v průběhu dne.

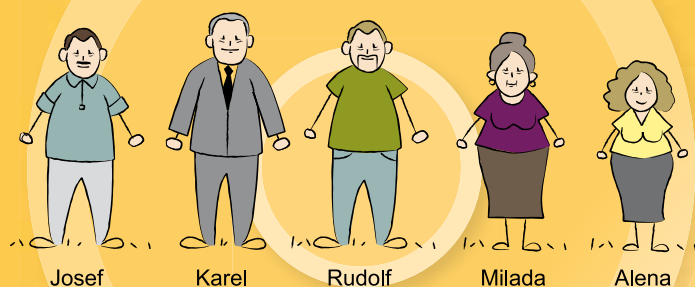
Většina lidí také neví, že jim zdravotní pojišťovny hradí vyšetření krevního cukru v rámci preventivní prohlídky, kterou by měli podstoupit jednou za dva roky.



Foto: IngImage

PR51085

Myslíte, že se Vás to netýká?



Nové webové stránky o diabetu

www.rokI.cz

- Novinky, poradna, rady a tipy
- Vstupte do hry a podívejte se, jak je diabetes nebezpečný