

Dietetikai tanácsadás 3. – A cukorbetegség



2018. június 8-án a cukorbetegség volt az előadás témája. Fontos, hogy halljanak erről az érdeklődők, mert ahogyan világviszonylatban, Magyarországon is folyamatosan emelkedik a cukorbetegség száma.

Az alapoktól kezdve, a szó latin jelentésének magyarázatával kezdtem az előadást, mert a találó elnevezés diabetes mellitus – mézédés átfolyás a betegség két fő tünetére utal, melyek a fokozott vizeletmennyiség és a vizeletben megjelenő cukor.

Az élettani bevezetőben az inzulin szerepéről esett szó, melynek hiánya a betegség klasszifikációjának alapja. Az 1-es típusú cukorbetegségben az inzulint termelő sejtek pusztulása felelős a tünetek kialakulásáért, míg 2-es típusban a termelt inzulin elégtelen mennyisége, illetve a sejtek inzulinrezisztenciája áll a háttérben. E két, leggyakrabban megjelenő típust követi még a terhességi diabétesz, melynek pontos patomechanizmusa jelenleg még nem ismert, illetve egyes gyógyszerek, endokrinológiai betegségek is okozhatnak cukorbetegséget.

Az egyik legjelentősebb különbség az 1-es és 2-es típusú cukorbetegség között, a felismerés, a tünetek megjelenésében van. Míg az elsőnél viszonylag gyorsan, nem ritkán kóma kíséretében jelenik meg, a második típusban akár hosszú éveken keresztül is észrevétlen, kezeletlen marad a betegség, ami különösen veszélyes a szövődmények szempontjából. A gyanús jel lehet egy ujjbegyből vett magas érték, de a diagnózis felállításához, laboratóriumi eredmények szükségesek. Leggyakrabban az OGTT-t (orális glükóz-tolerancia teszt) használják erre a célra, de a vizeletben megjelenő cukor is árulkodó jel lehet. A betegség történetének kutatásakor találtak arra utaló jeleket, hogy a középkorban a vizelet megkóstolásával állították fel a diagnózist.

SASER ELEKTRONIK KFT.

Székhely: 5630 Békés, Kinizsi u. 25.
Tel./fax: +36 66 210 451

E-mail: info@saserelektronik.hu
Web: www.saserelektronik.hu

Míg az 1-es típusú cukorbetegség kezelése szinte minden esetben azonnali inzulinadást tesz szükségessé, a 2-es típus kezelése hosszabb folyamat, lépcsőzetes elveket követve. Első körben életmódváltás, diéta, mozgás javasolt a betegek számára, ezt követi a szájon át szedhető gyógyszerek (ún. orális antidiabetikumok) adása, melyek a saját inzulintermelés fokozásán keresztül érik el a kívánt hatást. Amikor a szervezet saját inzulintermelése végképp kimerül, először csak esténkénti inzulin szükséges, majd végső soron napi többszöri adagolással kell a szervezetbe juttatni a külső forrásból származó inzulint.

A diéta a kezelés központi eleme. A diéta alapját képezi a „többször keveset” elv, mely szerint a beteg napjában 6-7 alkalommal étkezzen, hogy a vércukorszint ingadozást elkerüljük. Az egyszerű szénhidrátok helyett összetett szénhidrátok fogyasztását javasoljuk, a fehér kenyér, hagyományos finom pékáruk mellőzése lenne kívánatos.

SASER ELEKTRONIK KFT.

Székhely: 5630 Békés, Kinizsi u. 25.
Tel./fax: +36 66 210 451

E-mail: info@saserelektronik.hu
Web: www.saserelektronik.hu

