

# CUKRINIS DIABETAS

Vilkyškių Johaneso Bobrovskio gimnazijos  
9 klasės mokinio  
Tautgirdo Dudoravičiaus

2015-02-26

# TIKSLAS

*Išsiaiškinti, kas tai per liga, sužinoti jos pasėkmes ir sužinoti jos paplitimą.*

**D I A B E T E S**

A photograph featuring a row of white dice with blue letters spelling 'DIABETES'. Behind the dice are several stacks of white sugar cubes. The background is dark, and there are faint watermark logos in the corners.

# KAS TAI PER LIGA?

Cukrinis diabetas arba cukraligė – liga, kurią sukelia angliavandenių apykaitos sutrikimai, lemiantys gliukozės kiekio kraujyje padidėjimą, arba sumažėjimą.

Skiriamos trys grupės: pirminis cukrinis diabetas, antrinis cukrinis diabetas ir tolerancijos gliukozei sutrikimas.

# PIRMINIS CUKRINIS DIABETAS

Susirgti pirminiu cukriniu diabetu turi įtakos paveldimas polinkis. I tipo diabetikų šeimose yra apie 20 % sergančių šia liga. Manoma, kad I tipo cukrinis diabetas yra autoimuninė liga - autoimuninis kasos uždegimas. Jį gali paskatinti virusinė infekcija. I tipo cukriniu diabetu paprastai suserga vaikai, paaugliai ar jauni žmonės.

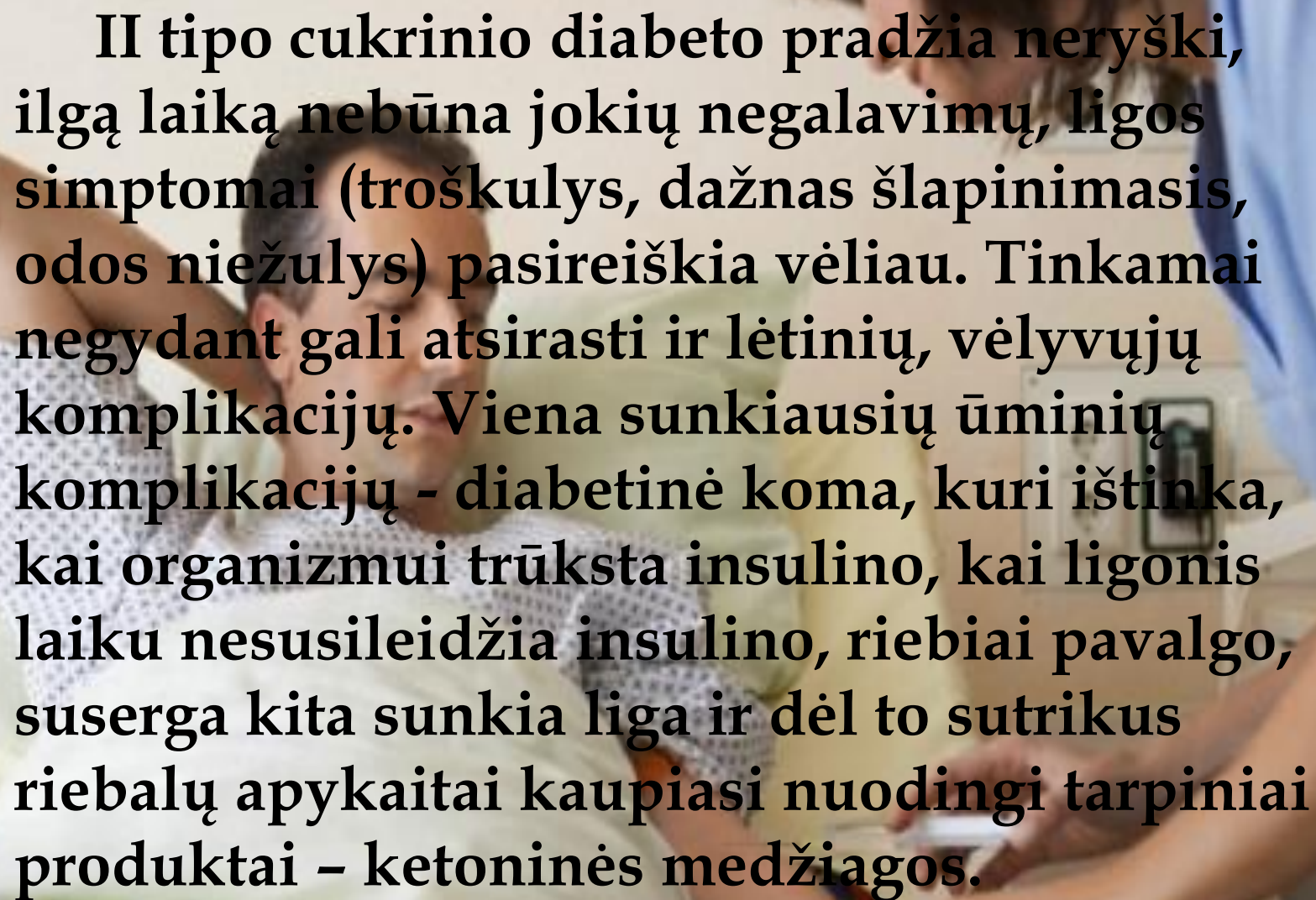
# ANTRINIS CUKRINIS DIABETAS

II tipo cukriniu diabetu daugiausia serga nutukę, vyresni kaip 40 m. žmonės. Būdinga sutrikusi insulino sekrecija, dėl persivalgymo padidėjusi insulino koncentracija mažina insulino receptorių kiekį, o kartu ir insulino veikimą. Taip pat būdingas susilpnėjęs insulino poveikis dėl insulino receptorių defekto, sukeliančio atsparumą insulinui. Šio tipo diabetas dažnai nustatomas tyrimo metu radus padidėjusią gliukozės koncentraciją kraujyje.

# SIMPTOMAI

**Cukrinio diabeto diagnostika - nesudėtinga. Tereikia atlikti kraujo tyrimus. Cukraligė diagnozuojama ištyrus gliukozės kiekį kraujyje (iš venos) ir nustatčius hemoglobino koncentraciją. Simptomai reiškiasi priklausomai nuo cukrinio diabeto tipo.**

**I tipo cukrinis diabetas yra palyginti ūmus, jam būdinga silpnumas, nuovargis, kūno masės mažėjimas, pagausėjęs šlapinimasis, troškulys, pykinimas, iš burnos sklindantis acetono kvapas.**



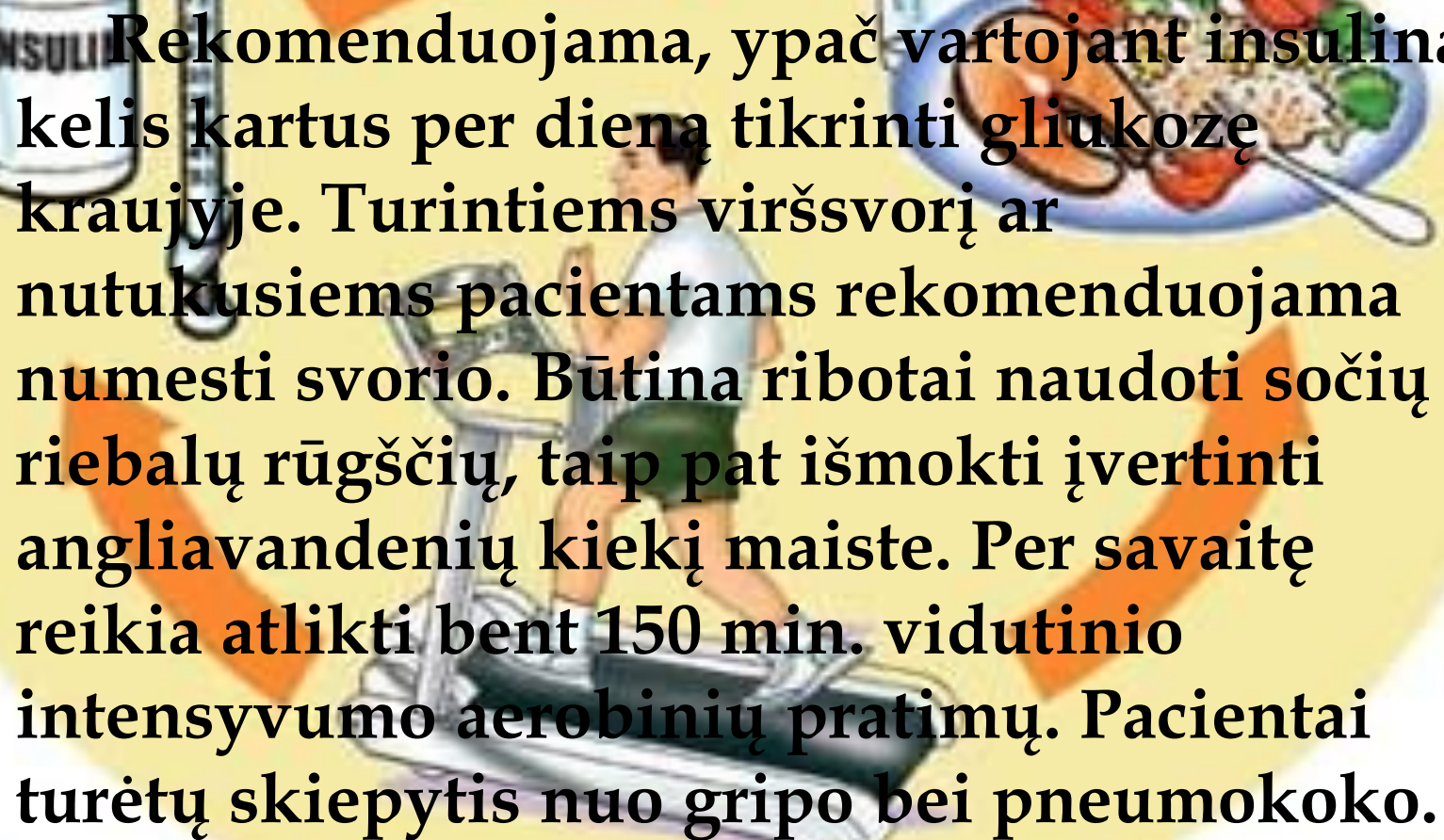
**II tipo cukrinio diabeto pradžia neryški, ilgą laiką nebūna jokių negalavimų, ligos simptomai (troškulys, dažnas šlapinimasis, odos niežulys) pasireiškia vėliau. Tinkamai negydant gali atsirasti ir lėtinių, vėlyvųjų komplikacijų. Viena sunkiausių ūminių komplikacijų - diabetinė koma, kuri ištinka, kai organizmui trūksta insulino, kai ligonis laiku nesusileidžia insulino, riebiai pavalgo, suserga kita sunkia liga ir dėl to sutrikus riebalų apykaitai kaupiasi nuodingi tarpiniai produktai - ketoninės medžiagos.**

# GYDYMAS

**Negydomas cukrinis diabetas labai pavojingas gyvybei. Ligos pradžia dažnai nejaučiama ir diagnozuojama per vėlai. Neretai liga diagnozuojama jau esant sunkioms komplikacijoms: apakimas, inkstų funkcijos nepakankamumas, galūnių amputacijos. 1 tipo diabetas gydomas insulino injekcijomis. 2 tipo diabetikai gydomi insulinu arba geriamais vaistais.**



# REKOMENDACIJOS



Rekomenduojama, ypač vartojant insuliną, kelis kartus per dieną tikrinti gliukozę kraujyje. Turintiems viršsvorį ar nutukusiems pacientams rekomenduojama numesti svorio. Būtina ribotai naudoti sočių riebalų rūgščių, taip pat išmokti įvertinti angliavandenių kiekį maiste. Per savaitę reikia atlikti bent 150 min. vidutinio intensyvumo aerobinių pratimų. Pacientai turėtų skiepytis nuo gripo bei pneumokoko.

# PAPLITIMAS

**Pasaulyje cukriniu diabetu serga apie 100 mln. žmonių, Europoje – apie 26 mln. Lietuvoje registruota apie 54 000 sergančiųjų cukriniu diabetu, iš jų nuo insulino priklausomų apie 8 000, nepriklausomų apie 42 000, su tolerancijos gliukozei sutrikimu apie 4 000. Lietuvoje yra apie 350 cukriniu diabetu sergančių vaikų.**

# IŠVADA

**Cukrinis diabetas, tai amžina liga, bet nereiškia kad tai pasaulio pabaiga. Daug kas serga šita liga, bet jų gyvenimas nesustojo. Svarbiausia nenuleisti rankų, vartoti vaistus, gyventi sveikai ir nesustoti gyventi.**



# 1 iš 2 DIABETŲ LIGONIŲ NEŽINO, KAD SERGA DIABETU

**AR JŪS PRIKLAUSOTE  
ŠIAI RIZIKOS GRUPEI?**

DIABETAS:  
SAUGOKIME ATETI

