

Дијабетес мелитус (**Diabetes mellitus**)

Денес, шеќерната болест е во пораст и е широко распространета во светот. Таа се карактеризира со ненормално ниво на шеќер во крвта и опфаќа околу 150-200 милиони луѓе во светот. Само во Европа оваа болест е дијагностицирана кај 19 милиони луѓе, а се верува дека е голем бројот на оние лица кај кои не е дијагностички потврдена. Најзастапените форми на шеќерната болест се јавуваат како резултат на:

- ♣ намалената продукција на инсулин или
- ♣ намалената осетливост кон инсулинот.

Хормоните на панкреасот овозможуваат апсорпција, искористување, на шеќерот во организмот. При недостаточна функција на инсулинот, шеќерот се акумулира во крвта, при што настанува оштетување на крвните садови. Симптомите на шеќерната болест вклучуваат: дехидратација, замор и мачнина и долготрајни последици, вклучувајќи ги срцевите заболувања, разни видови на заборавеност, оштетување на ретината и слепило, нервни оштетувања и ризик од ампутација. Многу луѓе имаат дијабетес мелитус со години, незнаејќи, сè додека не ги препознаат симптомите на болеста.

Да се живее со дијабетес мелитус

Разбирањето на болеста и учеството на пациентот се од витално значење во третманот на шеќерната болест. Како што се менува нивото на гликоза во крвта, така тој процес мора да се следи преку целиот ден. Најважен е здравиот начин на живеење, вклучувајќи адекватана исхрана и физичка активност.

Ризик кај децата

Во Европа е присутен зголемен број на дебели луѓе и луѓе со зголемена тежина. Широко е распространет животниот стил со зголемени маснотии, шеќер и сол во исхраната и со намалена физичка активност. Особено ризична категорија се децата. Истражувањата покажуваат дека едно од пет деца во Европа има прекумерна тежина. Денес во Европа има 14 милиони деца со прекумерна тежина и 3 милиони дебели деца, додека нови 400 000 деца се здебелуваат секоја година. Јасна е поврзаноста помеѓу брзиот раст на дебелината и Типот 2 на шеќерната болест. Оваа форма се карактеризира со инсулинска резистентност, при што клетките не одговараат соодветно кога инсулинот е присутен. Околу 90-95% од дијабетичарите боледуваат од Типот 2 на дијабетес мелитус. Колку е поголема тежината на некое лице, толку е поголема веројатноста да заболи од Типот 2 на дијабетес мелитус. Механизмот одговорен за оваа релација не е сосема јасен, но прекумерното масно ткиво, по сè изгледа, ја зголемува инсулинската резистентност. Заради тоа се зголемува нивото на гликозата во крвта. Посебен предизвик и кај децата и кај возрасните кои живеат со дијабетес мелитус претставува лекувањето со инсулински инекции за да се одржи нормално ниво на гликозата во крвта, и здравата исхрана. Кога едно лице ќе се здобие со прекумерна тежина, логично е да се намали внесот на храна во секојдневното живеење со редуцирање, за да се задржи основната форма на телото и да се стави под контрола трошењето на енергија.

Лекување на шеќерната болест од Тип 1

Шеќерната болест од Тип 1 претставува 5-10% од сите случаи и е најчесто дијагностицирана кај децата и адолсцентите. За разлика од шеќерната болест од Тип 2 која е поврзана со тежината, Тип 1 настанува кога имуниот систем ја напаѓа и уништува продукцијата на инсулинските клетки во панкреасот. Болниот од дијабетес мелитус од Тип 1 мора секојдневно да прима инсулински инекции и внимателно да го спроведува одредениот начин на исхрана и начин на живеење, за да се избегнат долготрајни компликации.

Во светот денес истражувањата се насочени кон цели кои ги опфаќаат:

- механизмот на изумирање на клетките на панкреасот,
- влијанието на средината врз генетската регулација и развој на дијабетес мелитус од Тип 1, и
- улогата на клеточниот имун систем во патогенезата на шеќерната болест од Тип 1.

Во развиените земји, изобилството и благосостојбата вклучувајќи го седечкиот начин на живеење и лесниот пристап до големи количини на храна, честопати пребогата со шеќери и заситени масти, носат со себе и несакани последици. Како резултат на ова развиените земји се соочуваат со вистинска епидемија на здебеленост, што значи и високи стапки на дијабетес мелитус од Тип 2.

Цената на нездравниот начин на живеење

Ефектите од здебеленоста и нездравите навики за исхрана се посилни од грижата на системите за здравствена заштита. Здебеленоста предизвикува голем број здравствени проблеми. Освен со шеќерната болест, ефектите од здебеленоста и нездравите навики се поврзуваат и со срцевите заболувања и инфарктот, а се проценува дека предизвикуваат 70.000 нови случаи на рак во Европа, секоја година. Се проценува дека раширеноста на здебеленоста се зголемува 10-40% за последните десет години, во поголемите држави на Европа.

Насоки за иднината

Со исклучок на шеќерната болест од Тип 1, повеќето случаи на дијабетес мелитус можат да се спречат. Повеќето препораки за грижа и здрав начин на живеење, обезбедуваат висок квалитет на живот кај оние луѓе кај кои рано е дијагностицирана болеста. За унапредување на превенцијата и третманот и намалување на трошоците за

лекување, некои членки на Европската Унија, имаат воведено национални планови или основни препораки, со цел да се намали приливот на заболени од дијабетес мелитус. Се проценува дека во одредени држави на Европската Унија, околу 50% од случаите на дијабетес мелитус остануваат недијагностицирани. Шеќерната болест од Тип 2 практично може да помине незабележана со години, сè додека не се појават првите спорадични и благи симптоми. Сериозните компликации од недијагностицираниот дијабетес мелитус, вклучуваат и бубрежна инсуфициенција и коронарна срцева болест.

European Commission, Directorate-General for Research

© European Communities, 2005