

ΔΙΑΒΗΤΗΣ

τύπου 1 και τύπου 2

Κατρίνα Βουρεξάκη, Β1

Τι είναι ο Διαβήτης.

- Ο διαβήτης είναι μια χρόνια μεταβολική ασθένεια που επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο το σώμα χρησιμοποιεί τη γλυκόζη (σάκχαρο) στο αίμα.
- Η γλυκόζη είναι η κύρια πηγή ενέργειας για τα κύτταρα, και για να μπορέσει να χρησιμοποιηθεί από το σώμα, απαιτείται η ορμόνη ινσουλίνη, η οποία παράγεται από το πάγκρεας.

Τι είναι ο Διαβήτης τύπου 1.

- Ο διαβήτης τύπου 1 είναι μια αυτοάνοση νόσος που εμφανίζεται όταν το ανοσοποιητικό σύστημα καταστρέφει τα β-κύτταρα του παγκρέατος, τα οποία είναι υπεύθυνα για την παραγωγή ινσουλίνης.
- Η ινσουλίνη είναι μια ορμόνη που βοηθά το σώμα να χρησιμοποιεί τη γλυκόζη από το αίμα για ενέργεια. Χωρίς ινσουλίνη, η γλυκόζη συσσωρεύεται στο αίμα και μπορεί να προκαλέσει σοβαρά προβλήματα υγείας.

Τι είναι ο διαβήτης τύπου 2.

- Ο διαβήτης τύπου 2 είναι μια χρόνια μεταβολική διαταραχή που χαρακτηρίζεται από αντίσταση στην ινσουλίνη (τα κύτταρα του σώματος δεν ανταποκρίνονται αποτελεσματικά στην ορμόνη ινσουλίνη) και/ή ανεπαρκή παραγωγή ινσουλίνης από το πάγκρεας.
- Αυτό οδηγεί σε αυξημένα επίπεδα γλυκόζης (σακχάρου) στο αίμα, γνωστά ως υπεργλυκαιμία, τα οποία μπορούν να προκαλέσουν επιπλοκές σε διάφορα όργανα του σώματος.

Ποιες είναι οι διάφορες του διαβήτη τύπου 1 και του τύπου 2

Διαβήτης Τύπου 1:

- Συνήθως εμφανίζεται σε νεαρή ηλικία και απαιτεί τη χρήση ινσουλίνης, επειδή το ανοσοποιητικό σύστημα καταστρέφει τα κύτταρα που παράγουν ινσουλίνη.

Διαβήτης Τύπου 2:

- Συνηθέστερος, συνδέεται συχνά με την παχυσαρκία, την καθιστική ζωή και τη γενετική προδιάθεση.
- Ο οργανισμός είτε δεν παράγει αρκετή ινσουλίνη είτε δεν τη χρησιμοποιεί σωστά.

Διαβήτης Τύπου 1:

- Οφείλεται κυρίως σε γενετική προδιάθεση και περιβαλλοντικούς παράγοντες (π.χ. ιογενείς λοιμώξεις). Η παραγωγή ινσουλίνης είναι μηδενική ή σχεδόν ανύπαρκτη.
- Οι ασθενείς χρειάζονται καθημερινές ενέσεις ινσουλίνης για να επιβιώσουν, καθώς το σώμα δεν μπορεί να την παράγει.

Διαβήτης Τύπου 2:

- Συνδέεται κυρίως με παχυσαρκία, καθιστική ζωή και γενετική προδιάθεση. Το πάγκρεας παράγει ινσουλίνη, αλλά αυτή δεν λειτουργεί σωστά.
- Στις αρχικές φάσεις, μπορεί να αντιμετωπιστεί με αλλαγές στον τρόπο ζωής και φάρμακα (όπως η μετφορμίνη). Σε πιο προχωρημένες περιπτώσεις, μπορεί να απαιτηθεί ινσουλίνη.

Συμπτώματα

Διαβήτης Τύπου 1:

- Τα συμπτώματα εμφανίζονται **απότομα** και είναι έντονα, όπως:
 - Υπερβολική δίψα.
 - Συχνή ούρηση.
 - Απότομη απώλεια βάρους.
 - Κόπωση.

Διαβήτης Τύπου 2:

- Τα συμπτώματα εμφανίζονται **σταδιακά** και μπορεί να είναι ήπια για μεγάλο χρονικό διάστημα:
 - Κούραση.
 - Θολή όραση.
 - Πληγές που αργούν να επουλωθούν.
 - Αύξηση βάρους.

Τρόποι αντιμετώπισης

Διαβήτης Τύπου 1:

- Αναγκαία η ινσουλίνη (ενέσεις ή αντλία ινσουλίνης).
- Παρακολούθηση σακχάρου στο αίμα.
- Υγιεινή διατροφή και άσκηση για συνολική διαχείριση.

Διαβήτης Τύπου 2:

- **Αλλαγές στον τρόπο ζωής:**
 - Υγιεινή διατροφή.
 - Τακτική άσκηση.
 - Απώλεια βάρους.
- Φαρμακευτική αγωγή ή ινσουλίνη σε προχωρημένα στάδια