

Gengur þú með dulda sykursýki?

Hvað er sykursýki?

Sykursýki er efnaskiptasjúkdómur sem dregur nafn sitt af auknu sykurmagni í blóði. Blóðsykurinn (glúkósa) er nauðsynlegt brennsluefni fyrir líkamann. Of hár blóðsykur er þó skaðlegur og því er blóðsykurmagninu haldið á þröngu bili undir eðlilegum kringumstæðum. Blóðsykurmagnið ræðst af samspili fæðu-neyslu, líkamsáreynslu, blóðsykurframleiðslu lifrar og magni nokkurra hormóna í blóðinu en þau helstu kallast insúlín og glúkagon.

Einkenni sjúkdómsins

Einkenni sykursýki af gerð 2 geta verið lúmsk.

Helstu einkennin eru:

- Þorsti
- Tíð þvaglát
- Þreyta
- Sjóntruflanir
- Sveppasýkingar og kláði á kynfærum

Hafðu samband við lækinn þinn ef þú hefur þessi einkenni og láttu mæla blóðsykurinn!

Til eru tvær tegundir sykursýki

Tegund 1 af sykursýki leggst aðallega á ungt fólk sem ekki hefur sterka ættarsögu. Sjúkdómurinn stafar af því að frumurnar sem framleiða insúlín eyðileggjast algjörlega.

Tegund 2 af sykursýki leggst fyrst og fremst á fullorðna sem oft hafa sterka ættarsögu. Um er að ræða röskun á virkni insúlínsins þ.e. það insúlín sem briskirtillinn framleiðir nýtist mjög illa, en auk þess er einnig truflun á starfsemi sjálfs briskirtilsins. Flestir eru reyndar einnig með truflun á efnaskiptum blóðfitu og með háan blóðþrýsting.

Hverjir eru í hættu?

Báðar tegundir sykursýki eru í mikilli sókn nú á tímum. Talið er að jafnvel þúsundir einstaklinga gangi með dulda sykursýki. Viti ekki af henni. Hver sem er getur hvenær sem er á hvaða aldri sem er fengið tegund 1 af sykursýki. Eldra fólk, þeir sem hafa ættarsögu um sykursýki og þeir sem eru of þungir eru í sérstakri hættu á að fá tegund 2 af sykursýki.

Sykursýki er hættulegur sjúkdómur!

Lions býður upp á blóðsykurmælingu

Nóvember ár hvert er mánuður sykursýkisvarna hjá Lions. Þá bjóða Lionsklúbbar víðs vegar um land upp á fría blóðsykurmælingu. Markmiðið er að vekja almenning til umhugsunar um hættuna sem getur stafað af því að ganga með dulda sykursýki.

Er til lækning við sykursýki?

Sjúkdómurinn er ólæknandi en með réttri meðhöndlun er hægt er að halda sjúkdómnum í skefjum og forðast fylgikvilla. Mataræði og líkamshreyfing eru hornsteinar meðferðarinnar.

