

UWAGA! Cukrzyca

Słodka droga do gorzkich konsekwencji

#NIECUKRZ

Cukrzyca należy do grupy chorób cywilizacyjnych. Są one ściśle związane z rozwojem cywilizacyjnym, trybem życia i dietą. Nadwaga, otyłość i brak aktywności fizycznej to główne przyczyny występowania cukrzycy typu 2.

Czy wiesz, że...

Ponad 400 tys. osób co roku zapada na cukrzycę. Średnio co 2 godziny pacjentom amputowane są kończyny! To skutek rozwiniętej choroby. Szacuje się, że aktualnie w Polsce na cukrzycę choruje ponad 2 mln osób, z czego około 25% o tym nie wie. Prognozy przewidują, że w najbliższych 15 – 20 latach liczba chorych się podwoi.

Objawy wskazujące na możliwość rozwoju cukrzycy:

- zmniejszenie masy ciała
- wzmożone pragnienie
- wielomocz
- osłabienie
- pojawienie się zmian ropnych na skórze oraz stanów zapalnych narządów moczowo-płciowych

Cukrzyca typu 1

Cukrzyca typu 1 stanowi ok. 10% wszystkich chorych na cukrzycę. Początek choroby zazwyczaj przypada między 10 a 14 rokiem życia. Cukrzyca typu 1 jest spowodowana prawie całkowitym zniszczeniem

przez przeciwciała komórek β trzustki produkujących insulinę. W wyniku produkowanych przez organizm tzw. autoprzeciwciał dochodzi do niszczenia własnych komórek. Efektem jest całkowity brak insuliny.

Cukrzyca typu 2

Cukrzyca typu 2 to najczęstszy typ cukrzycy – dotyczy prawie 90% diabetyków. U chorych dochodzi do zaburzenia zarówno działania, jak i wydzielania insuliny, przy czym dominującą rolę może odgrywać jedna lub druga nieprawidłowość. Leczenie polega głównie na redukcji masy ciała, zastosowaniu diety cukrzycowej, wprowadzeniu aktywności fizycznej i doustnych leków przeciwcukrzycowych. U części chorych po pewnym czasie trwania choroby konieczna jest insulinoterapia.

Rachunek płacimy wszyscy

Leczenie chorób wywołanych przez cukier słono kosztuje. Według szacunków NFZ w 2025 roku, aż o blisko 35% wzrośnie liczba pacjentów chorych na cukrzycę i nadciśnienie. Wydatki na leczenie chorób związanych z otyłością mogą być wyższe nawet o 1 mld zł w porównaniu z 2017 rokiem.

Edukacja zdrowotna – skuteczna recepta na długie życie

O to, co jemy, zatroszczył się NFZ. Fundusz uruchomił specjalny portal z dietami. Wystarczy założyć konto i pobrać z Internetu zdrowy jadłospis na cały tydzień i w ten sposób dopasować idealną dietę dla siebie. Spróbuj diety przygotowanej przez NFZ diety.nfz.gov.pl i zmień przyzwyczajenia w długie życie!

Zbadaj się i sprawdź czy nie masz cukrzycy!

„Środa z Profilaktyką” ze Śląskim Oddziałem Wojewódzkim NFZ

13.11.2019 r.

w godz. od 10:00 do 14:00

w Punkcie Obsługi Śląskiego OW NFZ w Katowicach przy ul. Kossutha 13

- badania profilaktyczne poziomu glukozy we krwi
- pomiary ciśnienia krwi oraz pomiary wody w organizmie
- konsultacje ze specjalistami, dietetykiem i instruktorem fitness

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13, 40-844 Katowice

www.nfz-katowice.pl

www.nfz.gov.pl

Telefoniczna Informacja Pacjenta

800 190 590