

Cukrovka je chronické onemocnění, při kterém tělo nedokáže správně regulovat hladinu cukru (glukózy) v krvi. Glukóza je hlavním zdrojem energie pro buňky, ale bez dostatečného množství inzulínu (hormonu produkovaného slinivkou) se nemůže správně využívat.



Hlavní příznaky cukrovky

a kdy vyhledat odbornou pomoc



**NADMĚRNÁ ŽÍŽEŇ,
ČASTÉ MOČENÍ**



**ÚNAVA,
SLABOST**



**ROZMAZANÉ
VIDĚNÍ**



ZTRÁTA HMOTNOSTI

(hlavně u typu 1)



**ZVÝŠENÁ CHUŤ
K JÍDLU**



**NEHOJÍCÍ SE
RÁNY**



ČASTÉ INFEKCE

(např. močové cesty, kůže)

Typy cukrovky

Typ 1 – autoimunitní onemocnění, kdy tělo přestane produkovat inzulín. Obvykle se objevuje v dětství nebo mládí.



Typ 2 – tělo si inzulín vytváří, ale buňky na něj nereagují správně (inzulinová rezistence). Často souvisí s nadváhou, věkem a životním stylem.



Gestační diabetes – vzniká během těhotenství a obvykle po porodu odezní.



Léčba cukrovky

Typ 1 - Denní aplikace inzulínu, pravidelné měření glykemie, úprava stravy a pohyb.

Typ 2 - Změna životního stylu (zdravá strava, pohyb), užívání léků, případně aplikace inzulínu.

Gestační diabetes - Dieta, pohyb, sledování hladiny cukru, někdy inzulín.

Důležitá je pravidelná kontrola u lékaře, edukace pacienta a sledování dalších zdravotních ukazatelů (např. krevní tlak, cholesterol).



Komplikace neléčené nebo špatně kompenzované cukrovky



POŠKOZENÍ CÉV A SRDCE
(vyšší riziko infarktu, mrtvice)



NEUROPATIE
(poškození nervů, brnění, bolest, ztráta citlivosti)



DIABETICKÁ RETINOPATIE
(poškození očí, riziko slepoty)



DIABETICKÁ NOHA
(špatné hojení ran, riziko amputace)



NEFROPATIE
(poškození ledvin, selhání ledvin)

Léčba cukrovky

Důležitá je pravidelná kontrola u lékaře, edukace pacienta a sledování dalších zdravotních ukazatelů (např. krevní tlak, cholesterol).

Prevence a život s cukrovkou

- ✓ **ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL**
(vyvážená strava, pravidelný pohyb, dostatek spánku)
- ✓ **VČASNÁ DIAGNOSTIKA**
a dodržování léčby
- ✓ **PRAVIDELNÉ KONTROLY**
u lékaře
- ✓ **PSYCHICKÁ POHODA**
a podpora okolí

