



Kaht tüüpi suhkurtõbi

Suhkurtõveks nimetatakse haigusnähte, mis on põhjustatud veresuhkru püsivast kõrgenemisest.

Haigus on tingitud sellest, et insuliini osaliselt või täielikult puudub ja tekib ainevahetushaigus, millele on iseloomulik vere suurenenud glükoosisisaldus, glükoosi ilmumine uriini ja rasvaainevahetuse häire.

Suhkurtõvel on kaks vormi. Ka ravi on neil erinev.

Esimest tüüpi ehk insuliinsõltuv diabeet algab peamiselt noortel ja sellele on iseloomulik insuliini tootmise puudumine. Insuliini vähesuse tõttu ei pääse suhkur verest rakkudesse ja veri muutub liiga magusaks.

Neerud saavad liigset suhkrut uriiniga kehast välja, vajades selleks rohkem vett. See omakorda toob kaasa sagedase urineerimise, suukuivuse ja janu. Haiged väsivad kergesti ja kõhnuvad. Suust tuleb atsetoonilõhna, sest pankrease ehk kõhunäärme muutuste kõrval on häiritud ka maksa- ja rasvkoerakud. Kui ei alustata in-

suliinravi, võib haigus lõppeda teadvusekaotusega – koomaga.

Teist tüüpi ehk mitte-insuliinsõltuv diabeet tekib enamasti kesk- ja vanemas eas ning tüsedatel. Tekib insuliiniresistentsus. Olgugi et veres leidub insuliini, esineb rakkude vastupanu ja tundetud insuliini suhtes.

Erinevalt esimest tüüpi suhkurtõvest, mis avaldub järsku, mõne päeva või nädala jooksul, ei pane mõned teise tüüpi diabeetikud haiguse algust isegi aastate jooksul tähele.

Mõnikord avastatakse kõrgenenud veresuhkur lausa juhuslikult. Tasapisi suureneb uriinikogus, suu kuivab, kasvab janu, tekib nahasügelus.

Kui suhkurtõbi ravimata jätta, ilmnevad tüsistused:

- ateroskleroos ehk veresoonte lupjumine; võib tekkida südameinfarkt, ajuinsult või jalgade gangreen;
- neerukahjustus;
- silma võrkkesta kahjustus, mis häirib nägemist;
- närvikahjustused, näiteks valutundlikkuse häired jalgades;

■ nahakahjustused, näiteks jalahaavandid;

■ vastuvõtlikkus nakkustele suureneb.

Oht haigestuda suhkurtõppe on kõige suurem neil, kelle lähisugulased põevad seda.

Veresuhkur võib kõrgeneda ka mõne muu haiguse, näiteks neerupealiste haiguse korral. Kroonilistel alkohoolikutel tekib krooniline kõhunäärme põletik, mis tasapisi hävitab kogu pankrease, mitte ainult insuliini tootvad rakud.

Terve inimese veresuhkur on 4,2–6,4 mmol/l.

Kuidas suhkurtõvest hoiduda?

- Vältige ülekaalulisust.
- Liikuge piisavalt.
- Vältige alkoholi liigtarbimist.
- Ärge suitsetage.
- Kontrollige arsti juures oma vererõhku, veresuhkrut ja kolesteroolitaset. Kui need on kõrgenenud, tuleb alustada ravi.

NAOMI LOOGNA