

Cukrzyca typu 1

Definicja

Cukrzyca typu 1 jest przewlekłą chorobą o podłożu autoimmunologicznym, w której układ odpornościowy niszczy komórki β trzustki odpowiedzialne za produkcję insuliny.

Kwasica ketonowa

- ostre, potencjalnie zagrażające życiu powikłanie cukrzycy, związane z głębokim niedoborem insuliny
- w ok. 25% przypadków jest pierwszym objawem cukrzycy typu 1
- może prowadzić do zaburzeń świadomości, śpiączki, śmierci

Epidemiologia

- ok. 10% wszystkich przypadków cukrzycy
- najczęściej u dzieci i młodych dorosłych
- początek zazwyczaj między 10. a 14. r.ż.

Diagnostyka

- pomiar glukozy we krwi ≥ 126 mg/dl na czczo dwukrotnie
- OGTT po 2h - ≥ 200 mg/dl
- HbA1c - $\geq 6,5\%$
- glikemia przygodna ≥ 200 mg/dl + objawy hiperglikemii

Hiperglikemia

- poziom cukru we krwi przekracza normę
- wzmożone pragnienie
- wielomocz
- osłabienie
- możliwe: utrata masy ciała, odwodnienie, zaburzenia widzenia

Objawy

- wzmożone pragnienie - polidypsja
- częste i obfite oddawanie moczu - wielomocz
- niezamierzona utrata masy ciała
- osłabienie, zmęczenie, senność

Leczenie

- **INSULINA**
– podstawowa i niezbędna metoda leczenia
- wyrównanie zaburzeń metabolicznych
- monitorowanie glikemii
- dieta cukrzycowa
- regularna aktywność fizyczna
- CGM – ciągłe monitorowanie stężenia glukozy
- CGM + pompa insulinowa → systemy automatycznego podawania insuliny (AID)
- eamokontrola
- edukacja diabetologiczna (dieta cukrzycowa, aktywność fizyczna, powikłania, prewencja powikłań)

Hipoglikemia

- hipoglikemia = stężenie glukozy < 70 mg/dl ($< 3,9$ mmol/l)
- drżenie rąk, potliwość, uczucie głodu, kołatanie serca, osłabienie, zaburzenia koncentracji, zmiana zachowania
- ciężka hipoglikemia może prowadzić do zaburzeń świadomości, drgawek, utraty przytomności

Powikłania

ostre:

- hipo/hiperglikemia
- kwasica ketonowa

przewlekłe:

- retinopatia cukrzycowa (oczy)
- nefropatia cukrzycowa (nerki)
- neuropatia cukrzycowa (nerwy)
- zepół stopy cukrzycowej



Cukrzyca typu 2

Leczenie

- edukacja diabetologiczna
- leczenie dietetyczne
- regularna aktywność fizyczna
- redukcja masy ciała przy nadwadze/otyłości
- farmakoterapia (metformina - lek pierwszego rzutu)
- w razie wskazań insulinoterapia
- leczenie współistniejących czynników ryzyka sercowo-naczyniowego

Powikłania

- ostre:
 - hipo/hiperglikemia
 - kwasica ketonowa
- retinopatia cukrzycowa (oczy)
- nefropatia cukrzycowa (nerki)
- neuropatia cukrzycowa (nerwy)
- zespół stopy cukrzycowej
- choroby układu krążenia

Czynniki ryzyka

- nadwaga lub otyłość ($BMI \geq 25 \text{ kg/m}^2$ i/lub obwód w talii $\geq 80 \text{ cm}$ u kobiet albo $\geq 94 \text{ cm}$ u mężczyzn)
- choroby układu sercowo-naczyniowego
- cukrzyca występująca w rodzinie
- stan przedcukrzycowy
- przebyta cukrzyca ciążowa
- nadciśnienie tętnicze
- dyslipidemia
- stłuszczeniowa choroba wątroby
- niska aktywność fizyczna
- zespół policystycznych jajników (PCOS)
- przynależność do grupy środowiskowej lub etnicznej narażonej na cukrzycę

Objawy

- rozwija się stopniowo
- na początku nie daje objawów
- wzmożone pragnienie
- duże ilości moczu
- osłabienie

Definicja

Przewlekła choroba metaboliczna, charakteryzująca się upośledzonym wydzielaniem insuliny oraz insulinoopornością.

Jest to choroba postępująca, która rozwija się na skutek czynników genetycznych i środowiskowych (m.in. u osób otyłych).

Stanowi 85%-90% wszystkich przypadków cukrzycy.



Diagnostyka

- pomiar glukozy we krwi $\geq 126 \text{ mg/dl}$ na czczo dwukrotnie
- OGTT po 2h - $\geq 200 \text{ mg/dl}$
- HbA1c - $\geq 6,5\%$
- glikemia przygodna $\geq 200 \text{ mg/dl}$ + objawy hiperglikemii

Profilaktyka

- prawidłowa masa ciała
- zdrowa dieta
- regularna aktywność
- kontrola masy ciała
- regularne badania



Hiperglikemia i hipoglikemia

Hiperglikemia



zbyt wysokie stężenie glukozy

wzmożone pragnienie

wielomocz

suchość w ustach

senność

niezamierzona utrata masy ciała

osłabienie

objawy odwodnienia

Hipoglikemia



**stężenie glukozy: alertowe - ≤ 70 mg/d
klinicznie istotne - >54 mg/dl**

drżenie rąk

nadmierne pocenie

wilczy głód

kołatanie serca

niepokój, drażliwość

bóle i zawroty głowy, drgawki

zaburzenia koncentracji, mowy, widzenia

