

Diabetes mellitus

Lényege:

Az inzulinnek a viszonylagos vagy abszolút hiánya

Az inzulinhatás elmaradása vagy csökkenése

Okai:

- Trauma
- Öröklődés
- Elhízás 2. típusúnál
- Mozgásszegény életmód
- Endokrin betegségek- szekunder diabetes
- Idegrendszeri hatások
- Injekciók
- Iatrogén diabetes (steroid diabetes)

Diabetes mellitus

- Tünetek:
 - polidipsia- szomjúság
 - Poliuria
 - Polifágia
 - Testsúlycsökkenés- I. típusú esetben
 - Fáradékonyság, gyengeség
 - Prulitis -viszketés a genitáliák tájékán
 - Impotencia- férfiaknál, nőknél –sterilitás
 - Laboreredményekben eltérések: 6 mmol/liter feletti vércukor érték, glikozuria(9-10 mmol/l felett, hypertigliceridaemia, hyperkoleszterinaemia, acidosis

Diabetes mellitus

- Szövődmények:
 - Mikro és makroangiopathia (magasvérnyomás, koszorúsér megbetegedések)
 - Az alsó végtag ereinek megbetegedése (időszakos santítás), gangréna-
üszkösödés
 - Agyi erek arteriosclerosis
 - A szem és vese ereinek károsodása

Típusai:

- 1. típusú: inzulint termelő béta sejtek kimerülése, rövid idő alatt alakul ki

Kezelés: a hiányzó inzulin pótlása

- 2. típusú: felnőtt vagy időskori cukorbetegség a sejtek elveszítik inzulin érzékenységüket, lassan évek alatt fejlődik ki

Kezelés: csak diéta, diéta és tabletták, diéta és inzulin

- Specifikus típusok: gestatio diabetes

Diabetes mellitus

- Hypoglikémia: 3 mmol/l alá csökken a vércukorszint

Tünetei: éhségérzet, száj és nyelv zsibbadás, verejtékezés, szapora pulzus, izgatottság, remegés, eszméletvesztés, görcsös állapot

- Hyperglikémia: 30 mmol/l feletti vércukorszint

Tünetei: aceton szagú lehelet, ájulás-eszméletvesztés

Diabetes mellitus

I. Mesterséges édesítőszer

Energiát nem tartalmaznak, tabletták, por és folyadék formájában kerülnek forgalomba

Szacharin: 300X édesebb a cukornál hőre érzékeny
Édeske, Ezerédes néven kerül forgalomba

Ciklamát: 30X édesebb a cukornál Nincs mellékíze, hőstabil
Polysett, Polysweet néven kerül forgalomba

Aceszulfám-K: 30X édesebb, mint a cukor Hőstabil
Suniprol-C, Vitál

Aspartám: alfa- fenilalaninból és alfa aszparaginsavból áll 300X
édesebb a cukornál hőstabil
Canderel, Nutrasweet néven kerül forgalomba

Diabetes mellitus

II. Cukorpótlók energiát szolgáltatnak és a napi szénhidrát mennyiségébe bele kell számolni

Gyümölcscukor: 30-50% édesebb, mint a cukor
naponta max. 50 g fogyasztható belőle

Szorbit: Glukonon néven kerül forgalomba 30-50 g
a napi fogyasztható mennyiség belőle

Cukoralkoholok: mannit, xilit, maltit, dulcitol

Diabetes mellitus

Élelmiszerek glikaemiás indexe:

90-100%: malátacukor, burgonyapüré, főtt burgonya, gabonapehely, rizspehely, minden cukros ital

70-90% fehér és félbarna kenyér, zsemle, kifli, abonett, ostya, kétszersült, sós sütemények, kekszek, édes müzli, pudíngpor, tejberizs, fehérliszt, főtt tészta, kalács, répacukor

50-70% zabpehely, kukorica, főtt rizs, feketekenyér, banán, natúr gyümölcsle

30-50% tej, joghurt, kefir, gyümölcs, spagetti, makaróni, tejszínes fagylalt, durum lisztből készült tészták

30% alatti: Fruktóz, szorbit, lencse, bab, borsó, dió, mogyoró, korpás müzli, színes főzelékek, saláták, cékla, retek, paprika, paradicsom