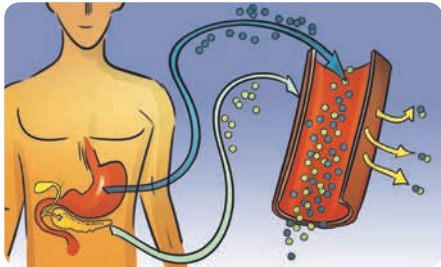


4 2型糖尿病

2型糖尿病(DMT2)是最为常见的糖尿病类型。它在成年人中缓慢起病,尤其常见于超重或肥胖的成人中,可以潜伏相当长的时间。在有家族病史的人群中发病率较高。

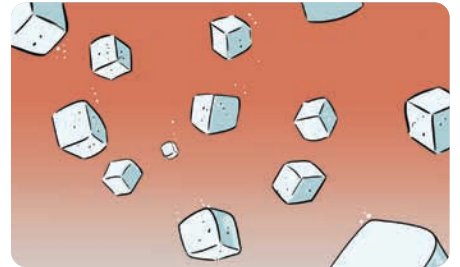
什么是2型糖尿病?



DMT2患者的血糖升高,原因是身体对胰岛素产生了抵抗或胰岛素分泌减少。



DMT2是一种代谢性疾病,其发病与超重/肥胖、久坐不动、不良饮食习惯、缺乏体育锻炼、遗传等因素有关。



在DMT2中,产生的胰岛素不足或无法进入细胞,因此细胞无法充分吸收和利用葡萄糖,导致血液中的葡萄糖含量保持较高水平。

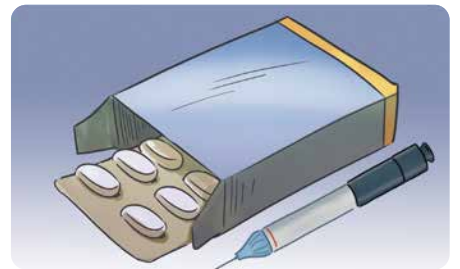
治疗



DMT2的治疗主要包括学会合理膳食并有规律地做更多运动(改善生活方式)。



若不彻底改变生活方式,则可能需要服用药物。



治疗DMT2的首选药物是二甲双胍,它可以提高机体对胰岛素的敏感性,而不会导致低血糖,但是药物治疗仍需根据临床需求进行个性化。

治疗其他危险因素



为了恢复血糖至正常水平,重要的是要将患者的体重降至正常,并要合理膳食和有规律地锻炼。



在DMT2患者中通常伴有高血压和高胆固醇,这些因素对心血管系统有害,必须控制这些因素。



吸烟是另一个血管疾病的危险因素:必须戒烟以减少对全身动脉(肾脏、心脏、大脑、眼睛、腿部等)可能造成的损害。