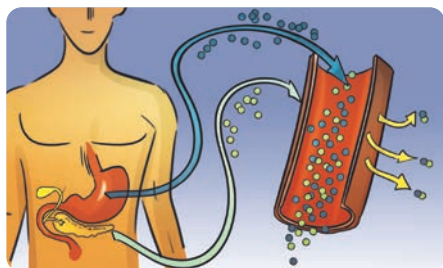


4 - Diabeti melit i Tipit 2

Diabeti melit i Tipit 2 (DMT2) përfaqëson formën më të zakonshme të diabetit. Ai shfaqet ngadalë të të rriturit, kryesisht në personat mbipeshë/obezë dhe mund të qëndrojë i fshehur për një kohë shumë të gjatë. Shpesh, prek personat që kanë një histori familjare.

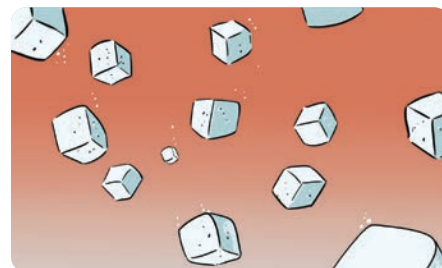
Çfarë është diabeti i Tipit 2?



DMT2 karakterizohet nga një rritje e nivelit të glukozës në gjak për shkak të rezistencës ndaj insulinës së prodhuar ose për shkak të një reduktimi në prodhimin e saj.



DMT2 është një sëmundje metabolike në shfaqjen e së cilës kontribuojnë: mbipeshja ose obeziteti, mënyra sedentare e jetesës, zakone jo të shëndetshme të ushqyerjes, aktiviteti i paktë fizik dhe predispozita gjenetike.



Në DMT2 insulina prodhohet në sasi të pamjaftueshme ose nuk arrin të hyjë në qeliza, për rrjedhojë qelizat nuk mund ta përrthithin dhe përdorin siç duhet glukozën, e cila mbetet në nivele të larta në qarkullimin e gjakut.

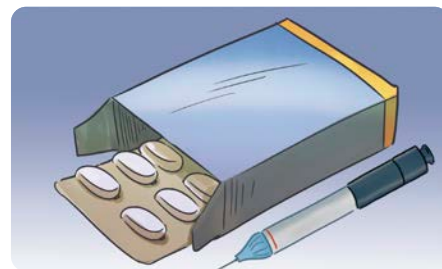
Terapia



Trajtimi i DMT2 bazohet kryesisht në një dietë të ekuilibruar në kombinim me një aktivitet fizik të rregullt dhe të vazhdueshëm.



Nëse ndryshimet në mënyrën e jetesës nuk mjaftojnë, mund të nevojitet marrja e ilaçeve.



Ilaçi më i përdorur për DMT2 është metformina, e cila përmirëson ndjeshmërinë ndaj insulinës së prodhuar pa shkaktuar hipoglicemi. Megjithatë, terapia me ilaçe duhet të personalizohet në bazë të nevojave klinike.

Trajtimi i faktorëve të tjerë të rrezikut



Për të përmirësuar vlerat e glicemisë, është thelbësore të arrihet dhe të ruhet një peshë trupore e duhur falë një programi ushqimor të përshtatshëm dhe aktivitetit të rregullt fizik.



Në DMT2 janë shpesh të pranishëm dhe mbahen nën kontroll faktorë të rrezikut kardiovaskularë si presioni i lartë i gjakut dhe nivelet e larta të kolesterolit në gjak (hiperkolesterolemia).



Duhanpirja është gjithashtu një faktor rreziku kardiovaskular që duhet të eliminohet për të reduktuar dëmtimin që mund t'u shkaktojë arterieve në të gjithë trupin (në veshka, zemër, tru, sy dhe këmbë).