



Excesul de zahăr din sânge se manifestă prin urinări dese și sete excesivă, oboseală, pierdere inexplicabilă în greutate, infecții urinare dese, amorțeala membrelor și probleme ale pielii. Există două forme de diabet: cel de tip I, când organismul nu mai produce deloc insulină și cel de tip II, asociat cu obezitatea și sedentarismul, când apare rezistența la insulina proprie, care duce, în final, la reducerea secreției de insulină, dar nu totală.

Diabetul de tip I apare, în general, la copii și tineri și este mai grav decât cel de tip II. Niciunul nu se vindecă definitiv. O simplă analiză a glicemiei poate indica boala. O valoare mai mare de 126 înseamnă diabet. Există însă și alte semne care trădează afecțiunea.

1. Urinări dese și sete excesivă

Urinările dese și abundente, mai ales în timpul nopții, ar putea ascunde un diabet de tip II. Când există exces de glucoză în sânge, rinichii își intensifică activitatea pentru a scăpa de ea.

2. Foame intensă

Episoadele de foame intensă apar din cauza oscilațiilor glicemiei. Când nivelul zahărului din sânge scade, organismul crede că nu a fost hrănit și cere mai multă glucoză pentru a funcționa bine. Acest semn este specific diabetului de tip I.

3. Pierdere în greutate

Un nivel crescut al glicemiei are ca efect o scădere rapidă și inexplicabilă în greutate (cam 5-10 kg în două-trei luni). Motivul: insulina nu mai duce glucoza la celule, pentru a fi transformată în energie.

4. Oboseală și iritabilitate

Când un om are un nivel ridicat al glicemiei, începe să simtă o oboseală accentuată și o senzație de iritabilitate.

5. Vedere încețoșată

Deteriorarea vaselor de sânge de la nivelul ochilor este frecventă în rândul diabeticilor. Este principala cauză de orbire.

6. Furnicături și amorțeală

Furnicăturile și senzația de amorțeală de la nivelul mâinilor și picioarelor, însoțite de dureri și inflamații arată că nervii sunt deteriorați din cauza excesului de glucoză care circulă prin vasele de sânge.

7. Candidoză, infecții urinare

Diabeticii sunt expuși la infecții, în special candidoză (și la femei, și la bărbați) sau infecții urinare, scrie doctorulzilei.ro.

8. Vindecare greoaie

Tăieturile, infecțiile și vânătăile care nu se vindecă repede sunt un alt semn al diabetului. Vasele de sânge sunt deteriorate și îngreunate de excesul de glucoză care circulă prin ele.

9. Probleme ale pielii

Când ai diabet, pielea se usucă, sângele circulă mai prost și apar și mâncărimi. Poate apărea agrantoză nigricans, o afecțiune caracterizată prin apariția unor pete închise la culoare, în special pe gât sau sub braț.

10. Inflamarea mâinilor și picioarelor

Dacă aveți diabet, rinichii își pierd capacitatea de a filtra și de a procesa lichidele. Organismul începe să rețină apa, iar mâinile și picioarele se umflă. Tratatamentul riguros, controlul glicemiei și reducerea cantității de proteine din alimentație pot menține rinichii sănătoși.

sursa: realitatea.net