

## **Diyabet Nedir?**

Diyabet kronik, pankreasın yetersiz veya hiç insülin üretmemesiyle karakterize, şeker yüksekliğiyle seyreden bir hastalıktır. insülin, şekerin enerji olarak kullanılabilmesi için hücreye girmesini sağlamakta gerekli bir hormondur. İnsülin miktarının veya etkinliğinin azalmasına bağlı olarak kan şekeri yükselir.(Hiperglisemi). Bu durum uzun dönemde birçok doku ve organlarda hasara yol açar. Diyabetin iki önemli ve belirgin tipi vardır:

### **Tip 1 diyabet**

Tip 1 diyabet otoimmün mekanizmalara bağlı olarak insülinin pankreasta hiç üretilmediği ya da çok az üretildiği tiptir. insülin vücutta hiç bulunmadığından, diyabet ancak insülin enjeksiyonu veya pompayla tedavi edilebilir. Ayrıca tip 1 diyabete juvenil diyabet de denir. Genellikle çocuk yada genç erişkin çağda ortaya çıkar.

Tip 1 diyabet, bazen, insüline bağımlı, genetik olarak yönlendirilmiş veya erken başlangıçlı diyabet olarak adlandırılır. Tip 1 diyabetli hastalar genellikle insülini hiç üretmemektedirler.

Tip 1 diyabet herhangi bir yaşta da çıkabilir, fakat genellikle çocuklarda ve genç erişkinlerde oluşur. Hasta kişiler, kanlarındaki glukoz seviyesini kontrol etmek için her gün insülin enjeksiyonu yapmak zorundadırlar. Eğer Tip 1 diyabetli kişiler insülin bulamazlarsa diyabet komasına girerler.

Uluslararası Diyabet Federasyonu, dünyada en az 17 milyon kişide Tip 1 diyabet olduğunu tespit etmiştir

### **Tip 2 diyabet**

Tip 2 diyabet daha çok insülin direnciyle karakterizedir. Tip 2 diyabette insülin yeterince düzenli salınıp etkili olamamaktadır. Aslında insülin miktarları normal, hatta fazla bile olabilir. Sıklıkla egzersiz ve diyet, tedavide en etkin yöntemlerdir. Bununla beraber tedaviye ilaç ve bazen insülin de eklemek gerekebilir. Tip 2 diyabet en sık görülen tip olup toplumda rastlanma sıklığı oranı %90'dır ve dünyada yaklaşık 246 milyon insan tip 2 diyabetlidir.

Tip 2 diyabetli kişilerde, insülin üretimi azdır veya onu yeterince kullanamamaktadırlar.

Genellikle insülin enjeksiyonu gereksinimleri yoktur. Yalnızca diyet veya oral tabletler (ağızdan alınan ilaçlar) ile tedavi olabirler.

Tip 2 diyabet, insüline bağımlı olmayan diyabet veya geç başlangıçlı diyabet olarak da adlandırılır. Tip 2 diyabetli kişilerin genellikle insülin gereksinimleri yoktur. Genellikle, diyetlerini kontrol ederek, düzenli egzersiz yaparak, ağızdan ilaç ve bazen de insülin alarak kanlarındaki glukozu kontrol edebilirler.

Tip 2 diyabet, 45 yaşından büyük şişman kişilerde en yaygındır. Bununla birlikte, artan obezitenin bir sonucu olarak, çocuklarda ve genç erişkinlerde de yaygın hale gelmektedir. Tip 2 diyabet en yaygın diyabet tipidir, tüm diyabetlilerin %90-95'ini oluştururlar.

Eğer tip 2 diyabetli kişilerde tanı erken konmaz ve tedavi edilmez ise, ölüme bile yol açabilen ciddi komplikasyonlar gelişebilir. Tüm dünyada milyonlarca kişi hastalığını bile bilmeden veya yeterli tıbbi bakıma ulaşmadan Tip 2 diyabetli olarak yaşamaktadırlar.

Uluslararası Diyabet Federasyonu, dünyada en az 170 milyon kişide Tip 2 diyabetli olduğunu tahmin etmektedir.

Her iki tip şeker hastalığı da ciddi etkileri olan hastalıklar olup çocuklarda her iki tip diyabet de oldukça sık bulunmaktadır. Rastlanma sıklığındaki artış, özellikle çocukları korumanın ciddiyeti açısından önemlidir.

### **Diğer Diyabet Tipleri**

Bir diğer diyabet tipi, bazen gebe kadınlarda oluşan, geçici bir diyabet formudur. “Gestasyonel Diyabet” olarak adlandırılmaktadır. Hamilelik tamamlandığında genellikle kaybolmaktadır. Bu tip diyabeti olan kadınlar, daha sonraki zamanlarda, yüksek oranda, Tip 2 diyabet geliştirme riskine sahiptirler (%15).

Bazı çocuklar tip 1 ve tip 2 arası mixt tip diyabet belirtileri gösterirler. Bu tip diyabete hybrid de denir. Çifte diyabet olarak da adlandırılan bu diyabet tipi, özellikle şişman çocuklarda çok görülmektedir.

Bunlara ek olarak bir de ileri yaşta görülen, tip1 benzeri diyabet vardır, MODY adı verilir.

### **Neden Dikkatli Olmalısınız ?**

İstatistikler Korkutucudur...

1985’te, tüm dünyada, tespit edilen 30 milyon diyabetli vardı. Bugün, 230 milyondan fazla diyabetli mevcuttur. Yaklaşık 20 yılda, hemen hemen yedi kat artma olmuştur. Eğer bu epidemiyi yavaşlatmak için hiçbir şey yapılmaz ise, 25 yıl içerisinde, sayı 350 milyonun üzerine ulaşacaktır.

Diyabet Komplikasyonları maliyetinin, tüm dünyada total sağlık hizmetleri harcamalarının %5-10’unu oluşturduğu tahmin edilmektedir.

Diyabet, gelişmiş ülkelerde, erişkin yaş çalışma grubunda kısmi görme kaybı ve körlüğün temel nedenidir.

Diyabete bağlı parmak veya bacak amputasyonları, kazalarda oluşan amputasyonlara göre daha fazladır.

Diyabetli kişiler daha fazla kalp infarktüsü ve felç geçirme riskine sahiptir.

Diyabetli kişiler çok yüksek bir böbrek hastalığı geliştirme riskine sahiptir.

Ülkelerin tahminen %25’i, kendi ulusal sağlık planlarında diyabet bakımında herhangi bir özel önlem almamaktadırlar.