

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

E-NE-SĂNĂTATE

DIABETUL ZAHARAT

Telemedicina - O șansă la sănătate
pentru fiecare comunitate.


AngioNet
CLUSTER CONNECTING SCIENTIFIC HEALTH COMMUNITY

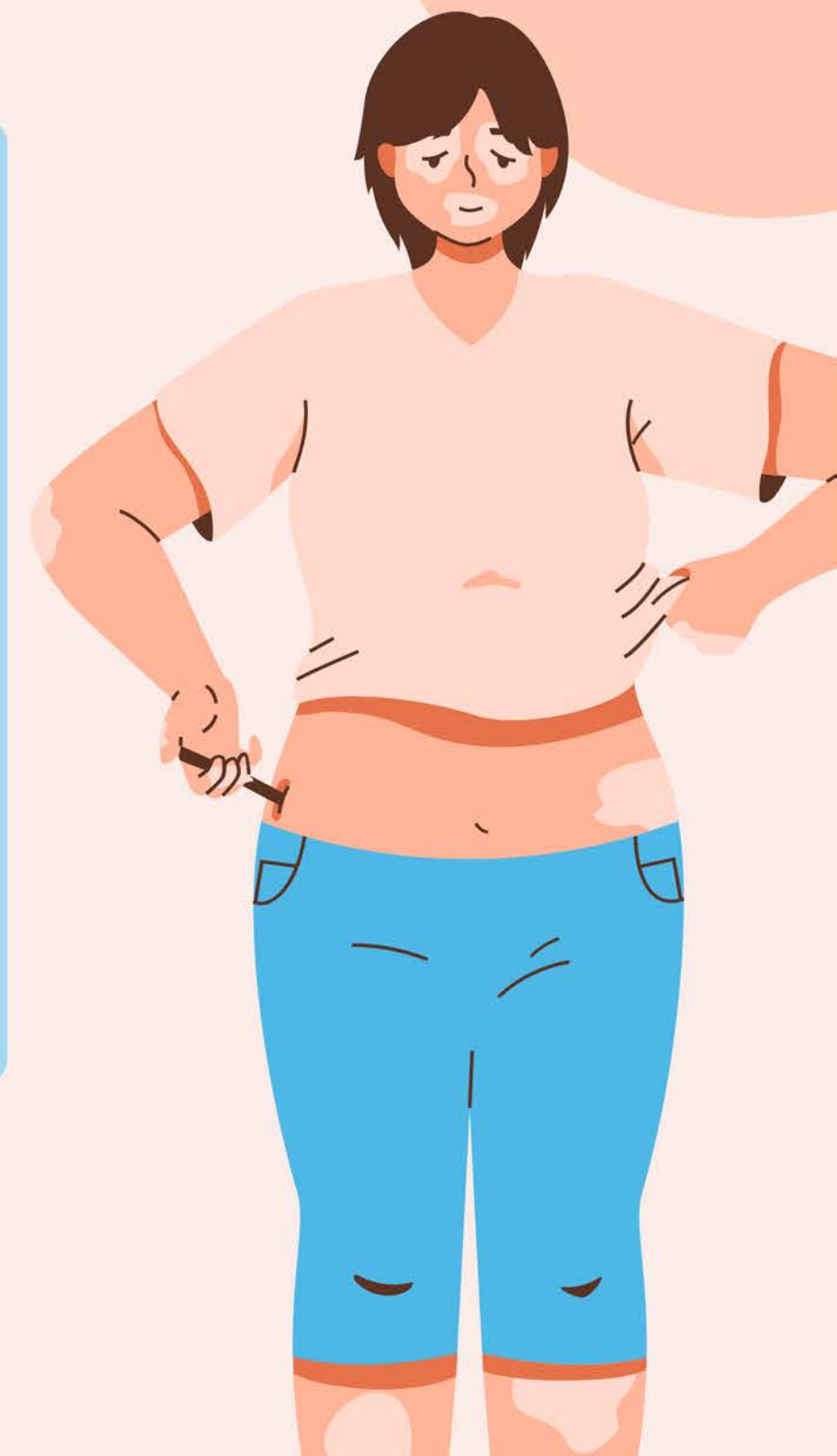
CE TREBUIE SĂ ȘTIM

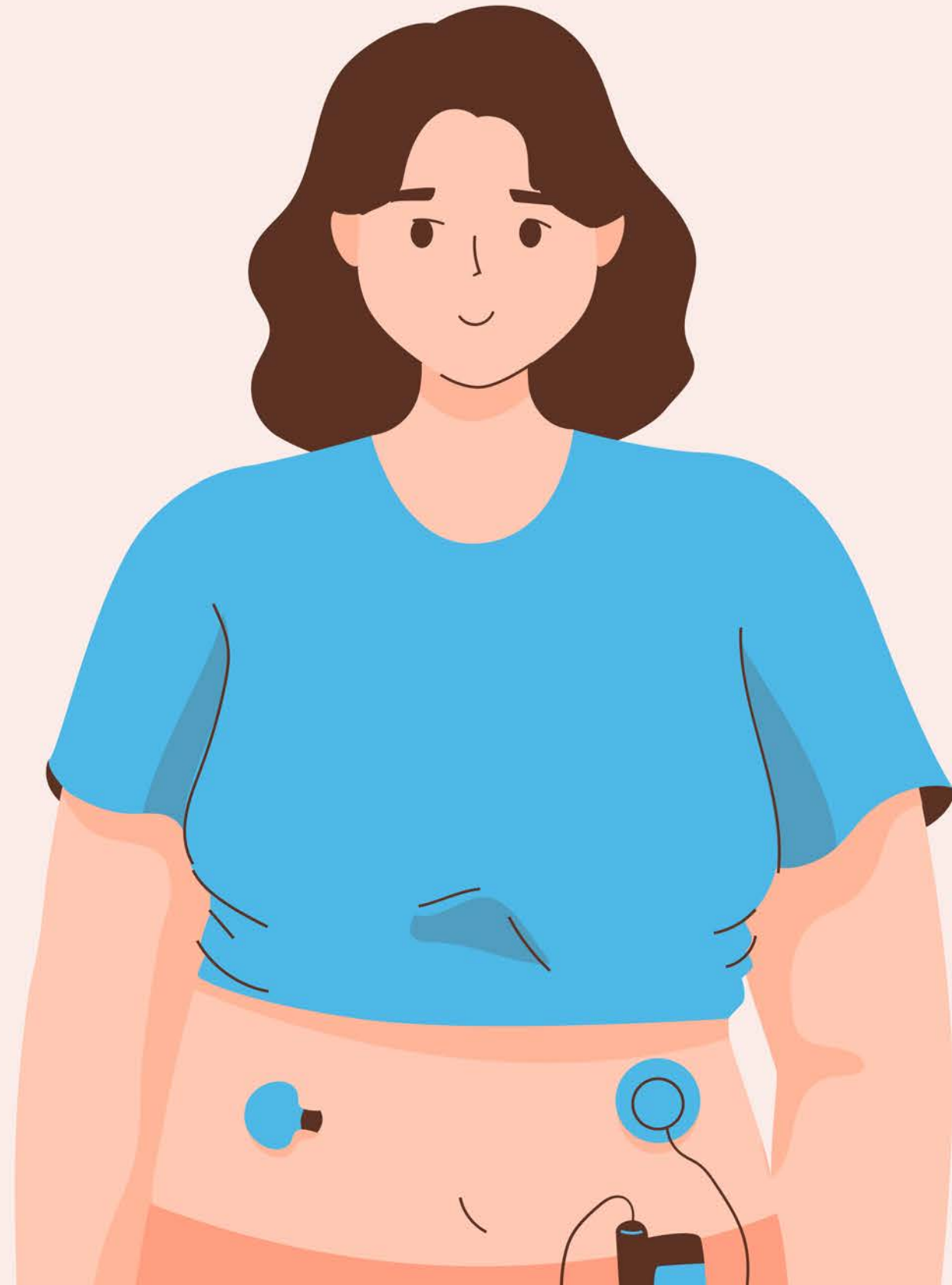
- Ce este diabetul zaharat?
- Tipuri de diabet
- Simptome și diagnostic
- Prevenirea complicațiilor
- Managementul diabetului zaharat



CE ESTE DIABETUL ZAHARAT?

Diabetul zaharat este o afecțiune medicală cronică caracterizată prin niveluri ridicate de glucoză în sânge. Această afecțiune apare atunci când organismul nu poate produce suficientă insulină sau nu poate utiliza în mod corespunzător insulina pe care o produce. Insulina este un hormon care reglează nivelurile de zahăr din sânge.





CARE SUNT TIPURILE DE DIABET ZAHARAT?



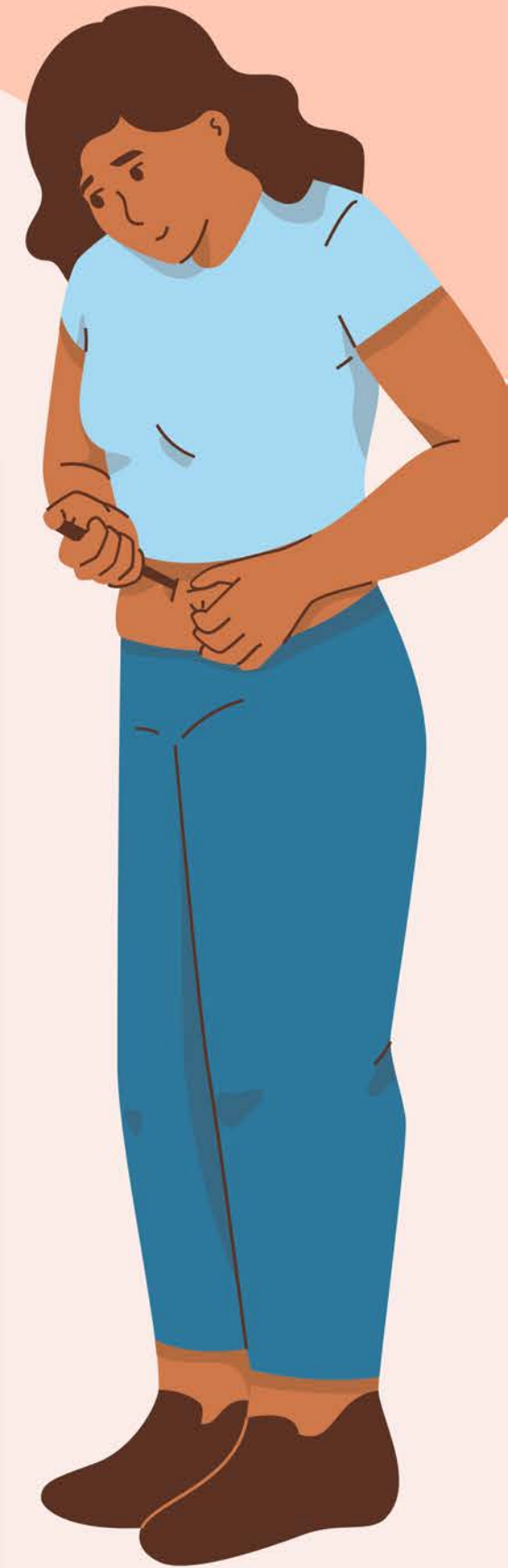
Diabet zaharat tip 1

Diabetul zaharat de tip 1 este o boală autoimună în care sistemul imunitar atacă și distruge celulele beta care produc insulină în pancreas. Persoanele cu diabet de tip 1 necesită injecții cu insulină pe toată viața.



Diabet zaharat tip 2

Diabetul zaharat de tip 2 este forma cea mai comună, adesea legată de factori de stil de viață, cum ar fi o dietă necorespunzătoare și lipsa activității fizice. Se caracterizează prin rezistența la insulină și poate fi gestionat uneori cu schimbări în stilul de viață, medicamente orale sau insulină.

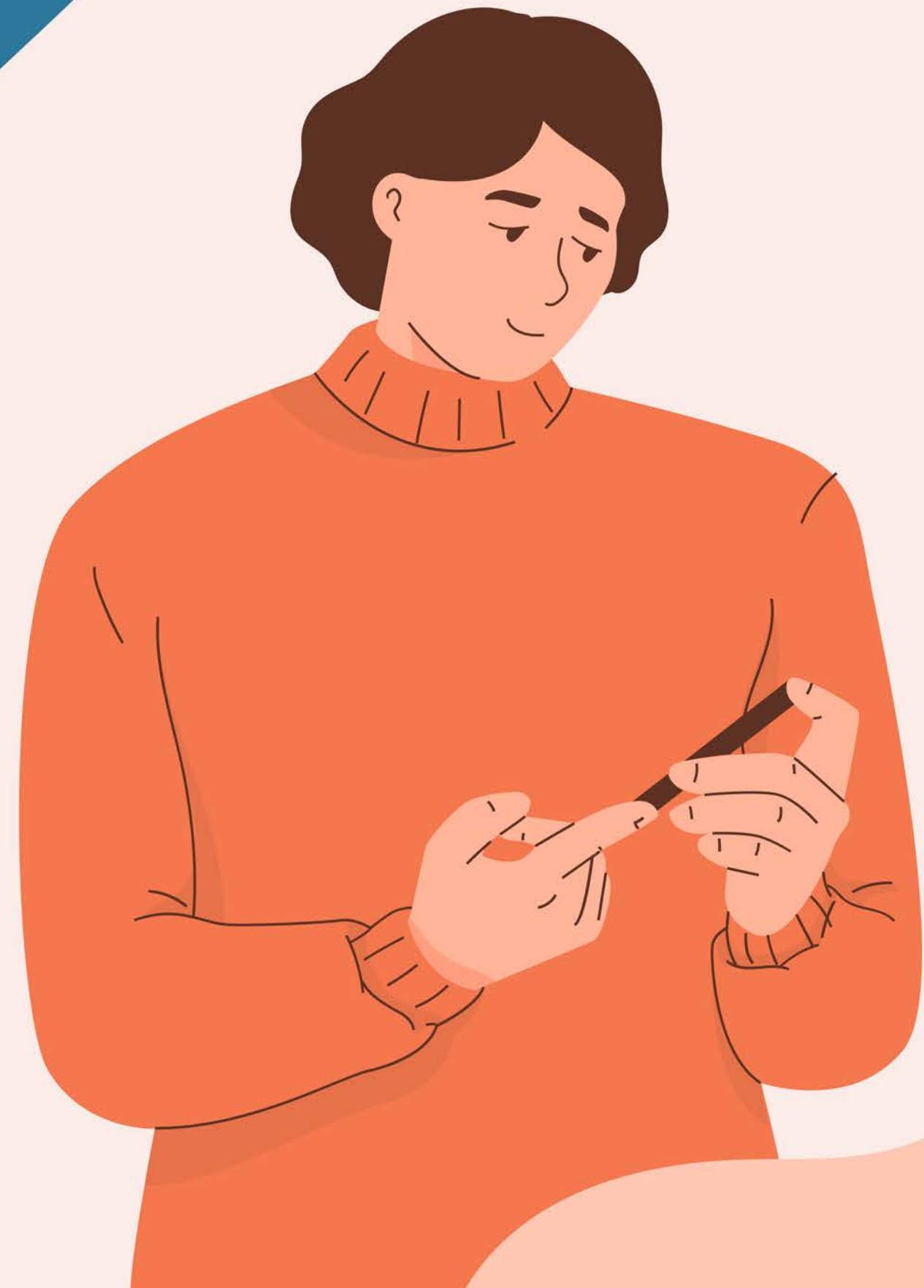


FACTORI DE RISC

Printre cei mai importanți factori care cresc riscul de a dezvolta diabet zaharat se numără: afecțiuni genetice, obezitatea, stil de viață sedentar, dietă nesănătoasă, hipertensiunea arterială, colesterolul crescut, vârsta (riscul crește odată cu înaintarea în vârstă), antecedente familiale de diabet zaharat, diabet gestațional în timpul sarcinii.



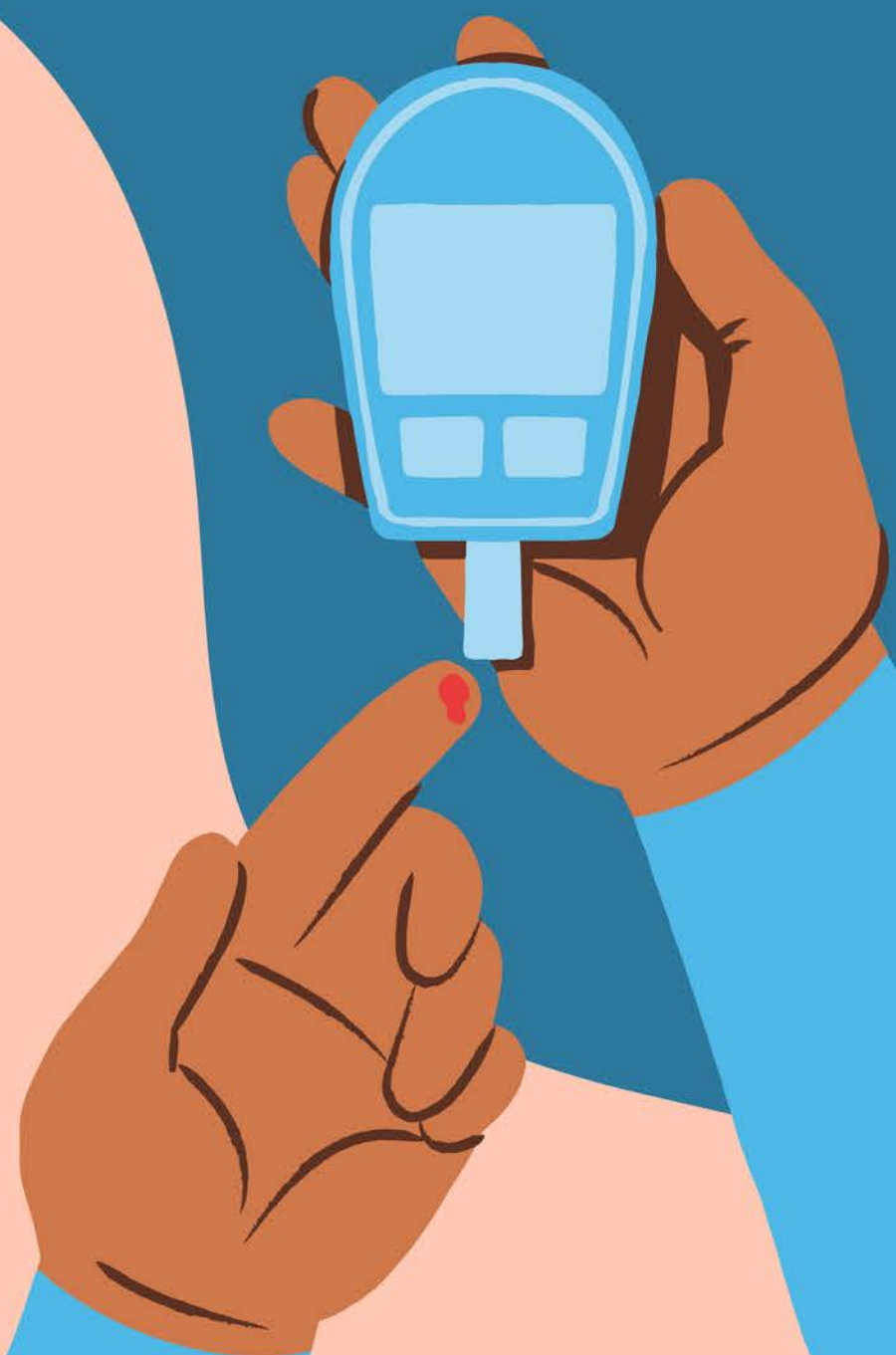
SIMPTOME ȘI DIAGNOSTIC

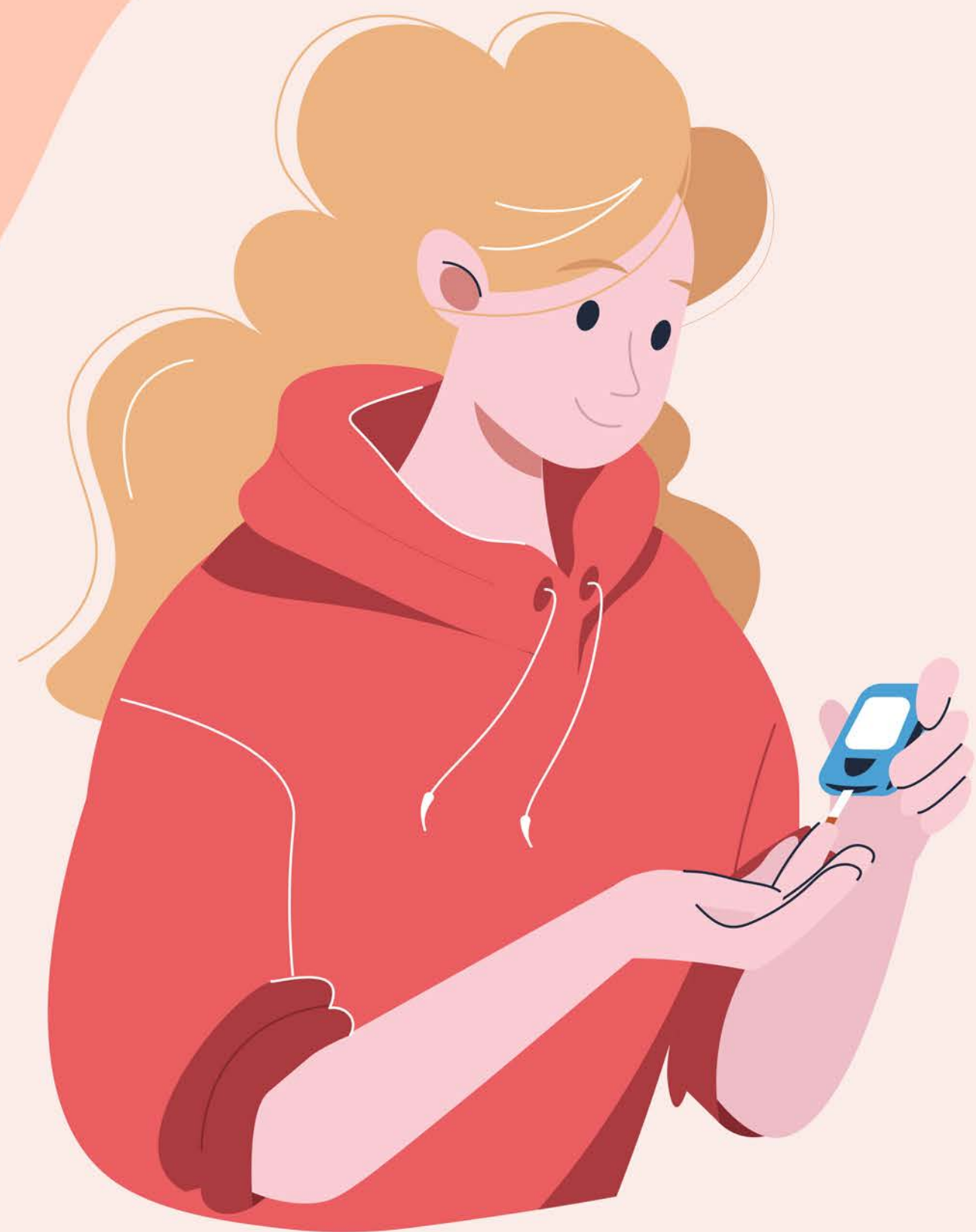


SIMPTOME ȘI DIAGNOSTIC

Diabetul poate fi insidios, cu simptome care se dezvoltă treptat. Simptomele comune includ: urinare frecventă, sete excesivă, oboseală, vedere încețoșată, vindecare lentă a rănilor, infecții frecvente.

Diagnosticul implică teste de sânge pentru măsurarea nivelurilor de glucoză a jeun (pe nemâncate), hemoglobina glicozilată, precum și un test de toleranță orală la glucoză.





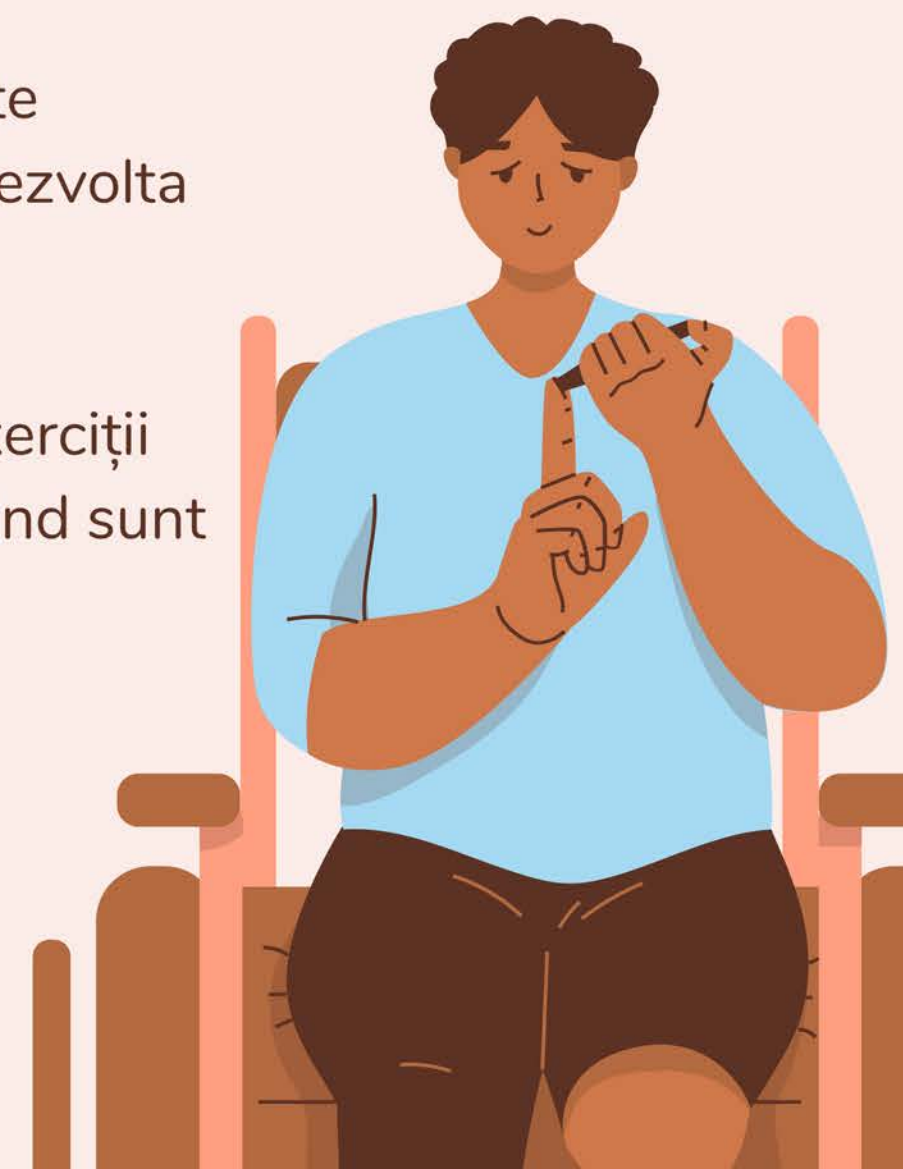
PREVENIREA COMPLICAȚIILOR



Prevenirea complicațiilor este un scop principal pentru tratamentul diabetului zaharat. Printre complicațiile care pot să apară în evoluția de lungă durată a unui diabet zaharat dezechilibrat se numără bolile cardiovasculare, accidentul vascular cerebral, neuropatia diabetică (periferică sau autonomă), boala cronică de rinichi, retinopatia (leziuni oculare), dar și complicații la nivelul piciorului (inclusiv ulcere).

Cele mai importante strategii de prevenție sunt:

- controlul valorilor glicemice și menținerea lor în parametri normali;
- monitorizarea regulată a tensiunii arteriale și menținerea valorilor în limite normale;
- adoptarea unei diete sănătoase, săracă în grăsimi saturate, dar bogată în fibre, legume și cereale integrale (atenție la fructe care pot crește valorile glicemiei);
- participarea la activități fizice regulate, care pot scădea riscul cardiovascular, dar și rezistența la insulină;
- renunțarea la fumat este o modalitate importantă de a reduce riscul de a dezvolta boli cardiovasculare;
- menținerea unor valori normale ale colesterolului în sânge, prin dietă, exerciții fizice, dar și medicamente (atunci când sunt prescrise);
- respectarea tratamentului prescris.



MANAGEMENTUL DIABETULUI ZAHARAT

Tratamentul diabetului este esențial pentru menținerea glicemiei în limite normale și pentru a preveni complicațiile pe termen lung.

Strategiile de tratament includ:

SCHIMBAREA STILULUI DE VIAȚĂ

Menținerea unei diete sănătoase, implicarea în activitate fizică regulată și gestionarea stresului sunt esențiale. Un medic nutriționist vă poate ajuta să creați un plan alimentar personalizat



TRATAMENTUL MEDICAMENTOS

În funcție de tipul și severitatea bolii, medicul dumneavoastră vă poate prescrie medicamente orale, insulină, sau alte medicamente injectabile (pentru menținerea glicemiei în parametri normali)



MONITORIZARE

Monitorizarea regulată a glicemiei vă ajută să urmăriți progresul și să faceți ajustări necesare în planul de tratament



**PREZENTUL MATERIAL A FOST REALIZAT ÎN CADRUL PROIECTULUI
SG2.22 „SERVICII DE TELEMEDICINĂ PENTRU GRUPURI DEFAVORIZATE
CU AFECȚIUNI CRONICE ÎN ZONELE IZOLATE DIN NE ROMÂNIEI”,
ACRONIM: E-NE-SĂNĂTATE,
FINANȚAT ÎN CADRUL SCHEMEI DE GRANTURI NR. 2
„FURNIZAREA DE SERVICII DE SĂNĂTATE DE TIP OUTREACH ÎN
VEDEREA ÎMBUNĂTĂȚIRII PREVENȚIEI PENTRU POPULAȚIA
VULNERABILĂ DIN ZONELE IZOLATE”
ÎN CADRUL PROGRAMULUI
„PROVOCĂRI ÎN SĂNĂTATEA PUBLICĂ LA NIVEL EUROPEAN” –
MECANISMUL FINANCIAR SEE 2014 – 2021,
COORDONAT DE MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
ȘI DERULAT DE ASOCIAȚIA ANGIONET CLUSTER**

MULȚUMIM!

Vă mulțumim că ne-ați urmărit prezentarea!

Dacă aveți întrebări, comentarii sau sugestii, vă rugăm să ni le adresați.

PENTRU MAI MULTE DETALII:

WEBSITE:

cluster.angionet.ro
e-ne-sanatate.angionet.ro
www.eeagrants.ro

ADRESĂ DE E-MAIL:

office@angionet.ro

SOCIAL MEDIA:

[@angionetcluster](https://www.instagram.com/angionetcluster)

NUMĂR DE TELEFON:

0751089848