

Sadržaj:

Uvod

Šta je diabetes mellitus (šećerna bolest)?

Ko može da oboli od šećerne bolesti?

Metod rada

Savremena terapija dijabetesa

Posledice loše regulisane šećerne bolesti

Pristup dvema vrstama bolesnika je takođe različit

Stav kod sporta je sasvim drugačiji

Kada osobe od dijabetesa ne bi trebale vežbati?

Kakva je korist od fizičke aktivnosti?

Kada vežbati?

kako sprečiti pad glukoze u krvi tokom vežbanja?

Šta ukoliko i pored svih mera i opreza i regulacije šećer ipak padne ispod normalnog nivoa

Zaključak

1. Uvod

Svetska zdravstvena organizacija (WHO) je u svom godišnjem izveštaju iz 2002. godine naglasila da su smrtnost, oboljevanje i invaliditet koji su povezani sa hroničnim nezaraznim bolestima, odgovorni za više od 60% smrtnosti u svetu, a da su nezdrav način ishrane i manjak fizičke aktivnosti glavni faktori rizika tih bolesti.

1.1 Šta je diabetes mellitus (šećerna bolest)?

Diabetes mellitus (šećerna bolest) je hronično, znaci doživotno oboljenje, koje se ispoljava povišenim vrednostima šećera u krvi, do čega dolazi usled nedovoljnog lučenja ili delovanja insulina - hormona koji stvaraju i luče specijalne - beta ćelije gušterače . Šećerna bolest ili diabetes mellitus (u daljnjem tekstu dijabetes), jedna je od vodećih hroničnih bolesti naše populacije, a direktno je vezana uz način života. U osnovi bolesti je poremećaj u transportu šećera glukoze iz krvi u ćelije tkiva i organa. Glukoza je šećer koji je produkt razgradnje ugljenih hidrata koji dospeva u krv. Insulin je, dakle, hormone koji omogućava glukozu da iz krvi uđe u ćelije, a luči ga gušterača ili pankreas.

Šećerna bolest deli se na:

Tip I - insulinozavisan, koji se javlja kod dece i mladih osoba a nastaje zbog prestanka funkcije beta ćelija pankreasa. Uzroci nastanka ovog tipa dijabetesa su genetski i faktori spoljašnje sredine (najčešće virusne infekcije u dečjem uzrastu). Dijabetes tipa 1 nastaje zbog lučenja premalihosjetljivosti tkiva na insulin, dok samo izlučivanje insulina može biti normalno ili čak pojačano.

Tip II - dijabetes odraslih, mada se nažalost javlja i kod dece. Razlozi za nastanak ovog tipa dijabetesa su nepravilna ishrana, smanjena fizička aktivnost i gojaznost, te je zbog načina života sve veća učestalosti baš ovog tipa dijabetesa u svetu i kod nas.

Posledice šećerne bolesti na organizam mogu biti ozbiljne i da ugrožavaju zdravlje i život obolelog. Ako se bolest dijagnostikuje na vreme i ako se pravilnim lečenjem uspostavi dobra kontrola i regulacija dijabetesa ove komplikacije mogu da se spreče. Nije pravilo, ali u većini slučajeva šećerna bolest koja se otkrije kod deteta, obično je tipa 1 te se još zove i mladalački ili juvenilni dijabetes, dok je ona koja se otkrije kod odraslih, mahom starijih ljudi, tipa 2 pa je još poznat kao starački ili nasledni dijabetes. Ovaj tip je direktno vezan za način života i ishranu. Ovo je ujedno i najčešći oblik dijabetesa.

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)