

Pozivamo vas na predavanje "Dijabetes (šećerna bolest)-nove metode liječenja" koje će se održati **28.01.2019. (pon) u 19h u MZ Medveščak /Kazalište Mala scena/** u organizaciji Udruge Medikus. Na predavanju će **Ivona Poljak, mag. psih**

., članica Zagrebačkog dijabetičkog društva (ZADI) predstaviti simptome šećerne bolesti, načine dijagnostike i metode liječenja buduću i sama ima dijabetes tip 1 i živi sa šećernom bolesti 28 godina.

*Predavanje se boduje sukladno pravilniku HLK, a za zdravstvene radnike ulaz je slobodan.*

Broj oboljelih od dijabetesa (šećerne bolesti) je u porastu zbog nasljednih faktora, nepravilne prehrane i modernog stila života. Posljedice šećerne bolesti, osobito neotkrivene, su izuzetno i po život opasne, a dovoljna je redovita kontrola vrijednosti glukoze u krvi i prilagodba životnih navika. Odnedavno pojavili su se i novi lijekovi i načini liječenja šećerne bolesti koji poboljšavaju kvalitetu života oboljelih.



Glukoza koja se natašte nalazi u krvi nastaje procesom sinteze glukoze (glikogeneza) u jetri. Nakon obroka koncentracija glukoze u krvi poraste i tako povećana koncentracija aktivira

lučenje inzulina. Taj hormon potiče ulazak glukoze u stanicu i njeno iskorištavanje. Na stanice jetre i mišića inzulin djeluje tako da u tim stanicama potiče nastanak glikogena (rezervnog šećera) iz glukoze.

U svakom slučaju inzulin ima tu ulogu da snižava vrijednost glukoze u krvi. Šećernu bolest (lat. diabetes mellitus) je sindrom koji često definiramo kao metaboličku bolest povezanu sa poremećajem u metabolizmu ugljikohidrata, masti i proteina. Uzrok ove bolesti je nedostatak ili neučinkovitost inzulina. Kod tih bolesnika prehrana igra ključnu ulogu.

Fizičkom aktivnošću potrošit ćemo oslobođenu glukozu i spriječiti razorno djelovanje koja tako oslobođena glukoza može prouzročiti u našem organizmu. Stoga se fizička aktivnost uvijek preporučuje kao jedan od osnovnih "pomagača" kad se želimo osloboditi bilo kakvih psihičkih pritisaka. Nakon brze šetnje, plivanja, igre ili ostalih aktivnosti redovito se osjećamo opuštenije.



Zagrebačko  
Dijabetičko  
Društvo

[www.zgd.hr](http://www.zgd.hr)