

Prevenција hroničnih komplikacija diabetes mellitus-a Prevention of chronic complications of diabetes mellitus

Danijela Mitić, Aleksandra Stoilković, Veliborka Pešić Milić

Dom zdravlja Aleksinac Healthcare Center Aleksinac

Apstrakt

Dijabetes je hronično oboljenje sa ozbiljnim pratećim komplikacijama, koje obolelima i njihovim porodicama nameće doživotne zahteve u cilju kontrole bolesti. Osobe obolele od dijabetesa treba redovno da mere nivo šećera u krvi, uzimaju propisanu terapiju, da budu fizički aktivne i prilagode svoje navike u ishrani. Bez dobre edukacije, oboleli od dijabetesa su manje spremni da prihvate predložene preporuke u cilju efektivne kontrole bolesti, da promene stil života i suoče se sa psihosocijalnim problemima vezanim za dijabetes. Loša kontrola bolesti imaće za posledicu povećan rizik za nastanak komplikacija dijabetesa.

Najčešće hronične komplikacije dijabetesa su:

- Dijabetesna oboljenja oka – Dijabetes je najčešći uzrok slepila kod radno sposobne populacije, a slepilo je 25 puta češće kod dijabetičara nego kod opšte populacije. Međutim, brižljivom negom, redovnim oftalmološkim kontrolama, dobrom regulacijom glikemije i krvnog pritiska, može se sprečiti pojava i progresija dijabetesne bolesti oka.
- Dijabetesna oboljenja bubrega i urinarnog trakta – U ovu grupu oboljenja spadaju dijabetesna nefropatija, akutni cistitis, akutni i hronični pijelonefritis i atonija mokraćne bešike. Prevencija je usmerena na postizanje optimalne glikoregulacije i ciljanih vrednosti krvnog pritiska, čime se može usporiti progresija ili čak zaustaviti razvoj bolesti.
- Kardiovaskularna oboljenja u dijabetesu – Procenjuje se da je morbiditet i mortalitet od ove grupa oboljenja 2–5 puta veći nego u nedijabetičara sličnih godina starosti. Kao preventivna mera se preporučuje intenzivna kontrola svih faktora rizika za razvoj KVB, dislipidemije, hipertenzije, pušenja...
- Periferna vaskularna bolest – Dijabetes je najvažniji netraumatski uzrok amputacija – preko 50% svih netraumatskih amputacija izvršeno je u dijabetičara. Promena se dešavaju na arterijskim krvnim sudovima, ali i u mikrocirkulaciji.
- Dijabetesne neuropatije – Kod dijabetičara se istovremeno sa vaskularnim dešavaju i promene na perifernim nervima, ali i na nervima koji regulišu vazodilataciju i vazokonstrikciju.

Zaključak: Prevencija podrazumeva kontrolu glikemije i krvnog pritiska, dislipidemije, pušenja, ciljani pregled stopala, edukaciju o samopregledu i nezi stopala.

Abstract

Diabetes is a chronic disease with serious accompanying complications, which imposes lifelong demands on patients and their families in order to control the disease. People with diabetes should regularly measure their blood sugar level, take the prescribed therapy, be physically active, and adjust their eating habits. Without a good education, diabetics are less willing to accept the proposed recommendations in order to effectively control the disease, change their lifestyle, and face psychosocial problems related to diabetes. Poor disease control will result in an increased risk of developing complications of diabetes.

The most common chronic complications of diabetes are:

- Diabetic eye diseases – Diabetes is the most common cause of blindness in the working-age population, and blindness is 25 times more common in diabetics than in the general population. However, with careful care, regular ophthalmological check-ups, good regulation of glycemia and blood pressure, the occurrence and progression of diabetic eye disease can be prevented.
- Diabetic diseases of the kidneys and urinary tract – This group of diseases includes diabetic nephropathy, acute cystitis, acute and chronic pyelonephritis, and atony of the bladder. Prevention is aimed at achieving optimal glycoregulation and targeted blood pressure values, which can slow the progression or even stop the development of the disease.
- Cardiovascular diseases in diabetes – It is estimated that the morbidity and mortality of this group of diseases is 2–5 times higher than in non-diabetics of similar age. As a preventive measure, intensive control of all risk factors for the development of CVD, dyslipidemia, hypertension, smoking ...
- Peripheral vascular disease – Diabetes is the most important non-traumatic cause of amputations – over 50% of all non-traumatic amputations are performed in diabetics. The changes occur in the arterial blood vessels, but also in the microcirculation.
- Diabetic neuropathies – In diabetics, changes occur on the peripheral nerves at the same time as the vascular ones, but also on the nerves that regulate vasodilation and vasoconstriction.

Conclusion: Prevention includes control of glycemia and blood pressure, dyslipidemia, smoking, targeted foot examination, education on self-examination, and foot care.