

Διαβήτης: Προσοχή σε 5 περίεργα πρώιμα συμπτώματα [vid]

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#) / [Πολυμέσα - Multimedia](#)



Ο διαβήτης είναι πιο κοινός από ό,τι πιστεύουν οι περισσότεροι. “Για πολλά χρόνια, ο διαβήτης είναι σιωπηλός και ύπουλος”, υποστηρίζει ο δρ Ronald Tamler, διευθυντής του Ινστιτούτου Διαβήτη στο γνωστό πανεπιστημιακό νοσοκομείο Mount Sinai των ΗΠΑ. “Τις περισσότερες φορές οι άνθρωποι δεν έχουν καν συμπτώματα στις αρχές”, προσθέτει.



Ο διαβήτης είναι πιο κοινός από ό,τι πιστεύουν οι περισσότεροι. “Για πολλά χρόνια, ο διαβήτης είναι σιωπηλός και ύπουλος”, υποστηρίζει ο δρ Ronald Tamler, διευθυντής του Ινστιτούτου Διαβήτη στο γνωστό πανεπιστημιακό νοσοκομείο Mount Sinai των ΗΠΑ. “Τις περισσότερες φορές οι άνθρωποι δεν έχουν καν συμπτώματα στις αρχές”, προσθέτει.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, όμως, υπάρχουν ύπουλα σημάδια. Μερικά πρώιμα συμπτώματα στον διαβήτη είναι γνωστά, όπως διαρκής δίψα, υπερβολική ούρηση, ξαφνική απώλεια ή αύξηση βάρους. Αυτά όμως που θα δείτε παρακάτω συνήθως παραβλέπονται από τους ασθενείς, αλλά ακόμα και από τους γιατρούς.

Εάν αντιμετωπίζετε κάποιο από αυτά, επικοινωνήστε με το γιατρό σας και ακολουθήστε τις συμβουλές του για πιθανές εξετάσεις.

1. Φλεγμονή ή μόλυνση στα ούλα

Η περιοδοντίτιδα -επίσης γνωστή ως ουλίτιδα- μπορεί να είναι ένα πρώιμο σημάδι του διαβήτη τύπου 2, σύμφωνα με έρευνα που δημοσιεύεται στο επιστημονικό περιοδικό BMJ Open Diabetes Research & Care. Η μελέτη έδειξε, ότι τα άτομα με ουλίτιδα, ειδικά οι σοβαρές περιπτώσεις, είχαν υψηλότερα ποσοστά διαβήτη και προ-διαβήτη από εκείνους που δεν είχαν ουλίτιδα.

2. Αποχρωματισμός του δέρματος

“Πολύ πριν εκδηλωθεί ο διαβήτης, μπορεί να παρατηρήσετε σκουρόχρωμες κηλίδες στο πίσω μέρος του λαιμού σας”, υποστηρίζει δρ Tamler. Αυτό ονομάζεται μελανίζουσα ακάνθωση και είναι συνήθως σημάδι αντίστασης στην ινσουλίνη (η ορμόνη που χρησιμοποιεί το σώμα για να ρυθμίσει τη γλυκόζη στο αίμα) που

μπορεί τελικά να οδηγήσει σε πλήρη εκδήλωση διαβήτη.

3. Παράξενες αισθήσεις στα πόδια σας

Περίπου το 10-20% των ανθρώπων που έχουν διαγνωστεί με διαβήτη έχουν ήδη κάποια νευρική βλάβη, που σχετίζεται με τη νόσο. Στα αρχικά στάδια, αυτό μπορεί να είναι εμφανές, υποστηρίζει ο δρ Tamler: “Μπορεί να αισθανθείτε ένα παράξενο, ηλεκτρικό μυρμήγκιασμα στα πόδια σας, ή να έχετε μειωμένη αίσθηση ή μειωμένη ισορροπία”.

4. Απώλεια ακοής ή όρασης

Τα αυξημένα επίπεδα σακχάρου στο αίμα μπορεί να βλάψουν τους αμφιβληστροειδείς των ματιών σας και να κάνουν το υγρό που περιβάλλει τους οφθαλμούς να αυξομειώνεται. Αυτό προκαλεί θολή ή μειωμένη όραση. Μόλις τα επίπεδα του σακχάρου στο αίμα επανέλθουν στο φυσιολογικό, η όραση συνήθως αποκαθίσταται, αλλά αν ο διαβήτης δεν αντιμετωπιστεί για πάρα πολύ καιρό, η ζημία θα μπορούσε να γίνει μόνιμη. Ομοίως, τα υψηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα μπορεί επίσης να επηρεάσουν τα νευρικά κύτταρα στο αυτί και να προκαλέσουν προβλήματα ακοής.

5. Κοιμάστε περισσότερο

Μια επιστημονική έρευνα, που παρουσιάστηκε πέρυσι στο ετήσιο συνέδριο της Ευρωπαϊκής Εταιρείας για τη Μελέτη Νοσημάτων (European Association for the Study of Disease), έδειξε ότι εκείνοι κοιμούνται για μία ώρα και πάνω μέσα στην ημέρα είναι κατά 45% πιο πιθανό να έχουν διαβήτη τύπου 2 σε σύγκριση με εκείνους που κοιμούνται λιγότερο ή και καθόλου μέσα στην ημέρα.

https://players.brightcove.net/1125866826/default_default/index.html?videoId=5216163874

Μετάφραση/απόδοση από Iatropedia με πληροφορίες από το <http://www.health.com>

Πηγή: iatropedia.gr