



- Strona główna
- O nas
- Czynniki ryzyka
 - Wysokie ciśnienie krwi
 - Cukrzyca
 - Migotanie przedsionków
 - Wysoki poziom cholesterolu
 - Brak aktywności fizycznej
 - Złe nawyki żywieniowe
 - Alkohol
 - Otyłość
 - Palenie
 - Stres i depresja
- Zasoby
 - Filmy
 - Blog
 - Podcasty
 - Przydatne linki
 - Dodatkowa lektura
 - Komunikaty medialne

- Wiadomości
-  Polski
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

- KONTAKT

DONATE

5 ciekawych faktów dotyczących udaru i cukrzycy



Cukrzyca to jedna z głównych przyczyn zgonów na świecie, która może powodować liczne komplikacje zdrowotne. Udowodniono także, że zwiększa ona

ryzyko chorób układu krążenia, w tym udaru mózgu. (1) Jednak poziom ryzyka uzależniony jest od szeregu czynników, takich jak typ cukrzycy oraz wiek, płeć i środowisko życia chorego. Oto kilka ciekawych faktów dotyczących cukrzycy i udaru mózgu:

1. Cukrzycy są 1,5 razy bardziej narażeni na udar

Nadmierny poziom cukru we krwi działa destrukcyjnie na wszystkie naczynia krwionośne w organizmie, zwłaszcza na mózg. W rzeczywistości pacjenci z cukrzycą są około 1,5 raza bardziej podatni na udar. Ryzyko udaru wzrasta u osób, które mają inne problemy zdrowotne, takie jak wysoki poziom cholesterolu, a także wzrasta wraz z wiekiem, prawie podwajając się na każdą dekadę powyżej 55 roku życia. (2) Międzynarodowa Federacja Diabetologiczna przewiduje, że do 2030 r. liczba osób z cukrzycą wzrośnie o 50%. (1)

2. 90% przypadków udaru występuje u pacjentów chorych na cukrzycę typu 2

Istnieją trzy typy cukrzycy. Typ 1 diagnozuje się zwykle w dzieciństwie lub w okresie nastoletnim. Dotyczy on sytuacji, gdy organizm w ogóle nie wytwarza insuliny. Ten typ cukrzycy jest często schorzeniem dziedzicznym. O cukrzycy typu 2 mówimy, gdy organizm nie jest w stanie wyprodukować wystarczającej ilości insuliny lub reaguje na nią nieprawidłowo. Dotyczy to głównie starszych dorosłych.

Trzeci typ to cukrzyca ciążowa, która pojawia się w czasie ciąży i często ustępuje samoistnie. Około 90% osób z cukrzycą ma typ 2. Dlatego nie jest zaskoczeniem, że większość udarów cukrzycowych dotyczy tej grupy pacjentów. (3)

3. Oba typy cukrzycy niosą ze sobą ryzyko udaru mózgu

Pomimo tego, że więcej ludzi na świecie ma cukrzycę typu 2 niż typu 1, wszystkie rodzaje cukrzycy wiążą się ze zwiększonym ryzykiem udaru mózgu. Układ sercowo-naczyniowy obejmuje serce i wszystkie naczynia krwionośne, które

pompują i rozprawdzają krew w organizmie, w tym te, które kontrolują przepływ krwi do mózgu. Osoby z cukrzycą typu 1 częściej cierpią na chorobę wieńcową i chorobę tętnic obwodowych. Podczas gdy osoby z cukrzycą typu 2 częściej cierpią na otyłość, miażdżycę dużych tętnic i udar. (3) Matki z cukrzycą ciążową mają również większe ryzyko udaru mózgu w późniejszym życiu. (4)

4. Ryzyko udaru wzrasta przy złej kontroli poziomu cukru we krwi

Przyczyny i czynniki ryzyka cukrzycy typu 1 pozostają nieznane i obecnie nie ma strategii zapobiegawczych. Jednak dzięki odkryciu insuliny osoby z typem 1 znalazły skuteczny sposób na kontrolowanie cukrzycy. Problemy pojawiają się, gdy poziom cukru we krwi wzrasta do nadmiernego poziomu, ponieważ może to powodować gromadzenie się tłuszczu lub złogów w naczyniach zaopatrujących szyję i mózg, co prowadzi do udaru niedokrwiennego lub niedokrwiennego i krwotocznego. (5)

5. Liczba chorych na cukrzycę wzrośnie o 69% w krajach rozwijających się

Oczekuje się, że do 2030 r. liczba osób chorych na cukrzycę wzrośnie do 578 milionów na całym świecie. Częstość występowania jest wyższa na obszarach miejskich, a nie wiejskich oraz w krajach o wysokich, a nie niskich dochodach. Jedna na dwie osoby nie wie, że ma cukrzycę, ale na całym świecie żyje z nią prawie pół miliarda ludzi. Ma to wzrosnąć o 25% w ciągu najbliższych dziesięciu lat i o 51% do 2045 roku. (6)

Słuchanie faktów dotyczących cukrzycy i udaru mózgu może być niepokojące. Należy jednak pamiętać, że cukrzycy typu 2, najczęstszej ze wszystkich, można w dużej mierze zapobiegać, wprowadzając kilka zmian w stylu życia. Rzuć palenie, jedz zdrową dietę i regularnie ćwicz, aby utrzymać kontrolę nad poziomem cukru we krwi i zmniejszyć ryzyko wystąpienia cukrzycy typu 2 i udaru mózgu.

Źródła:

1. Li, S., Wang, J., Zhang, B., Li, X., & Liu, Y. (2019). *Diabetes Mellitus and Cause-Specific Mortality: A Population-Based Study*. *Diabetes & metabolism journal*, 43(3), 319-341. <https://doi.org/10.4093/dmj.2018.0060>.
2. *Ann Pietrangelo Stroke: Diabetes and other risk factors*. Oct 15, 2019. Medically reviewed by Maria Prelipcean, M.D. <https://www.healthline.com/health/diabetes/diabetes-and-stroke>.
3. Rong Chen et al. *Am J Med Sci*. Author; available in PMC 2017 Feb 8. *Diabetes and Stroke: Epidemiology, Pathophysiology, Pharmaceuticals and Outcomes*. doi: 10.1016/j.amjms.2016.01.011.
4. Tobias, DK, Stuart JJ, Li S, et al. *Association of history of gestational diabetes with long-term cardiovascular disease risk in a Large Prospective Cohort of US Women [published online October 16, 2017]*. *JAMA Intern Med*. doi:10.1001/jamainternmed.2017.27.
5. C. Hedén Ståhl et. al. *Glycaemic control and excess risk of ischaemic and haemorrhagic stroke in patients with type 1 diabetes: a cohort study of 33 453 patient*. First published: 07 December 2016 <https://doi.org/10.1111/joim.12572>.
6. Pouya Saedi et al. *Global and regional diabetes prevalence estimates for 2019 and projections for 2030 and 2045: Results from the International Diabetes Federation Diabetes Atlas, 9th edition*. Published September 10, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2019.107843>.

Zaktualizowano luty 2022

Następna recenzja 2024

Opracowanie:



Organizacja SAFE sprawuje pełną kontrolę redakcyjną nad zawartością

serwisu.

Serwis wspierany przez grant edukacyjny



Linki

- [Warunki korzystania z serwisu](#)
- [Polityka prywatności](#)
- [Polityka dotycząca plików cookie](#)
- [Kontakt](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)