27 Αυγούστου 2014

Δείτε τι πρέπει να κάνετε αν οι τιμές του σακχάρου είναι οριακές

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Οι οριακά φυσιολογικές τιμές σακχάρου συνήθως είναι στην περιοχή διακύμανσης 100-125mg/dl και ανευρίσκονται συνηθέστερα σε άτομα ηλικίας άνω των τριάντα ετών.

Οι τιμές αυτές υποδηλώνουν μία μεταβολική δυσλειτουργία που αφορά κυρίως την επεξεργασία της γλυκόζης στον οργανισμό (διαταραχή σακχάρου νηστείας). Τα κυριότερα αίτια που προκαλούν την δυσλειτουργία αυτή είναι:

– Το μεταβολικό σύνδρομο

– Οι ορμονικές διαταραχές

– Η παχυσαρκία

– Φάρμακα

– Ο μεταγευματικός διαβήτης

– Ο προδιαβήτης

– Οποιοδήποτε υποκείμενο νόσημα που εκθέτει τον οργανισμό σε αυξημένο μεταβολικό stress ή εμπλέκεται στο μεταβολισμό των ενεργειακών υποστρωμάτων (π.χ. ηπατικά νοσήματα καρκίνοι).

Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων σε άτομα χωρίς γνωστό χρόνιο νόσημα πρόκειται για μεταβολικό σύνδρομο. Το μεταβολικό σύνδρομο, είναι ένα επικίνδυνο

οργανικό σύνδρομο, που χαρακτηρίζεται από ένα σύνολο επιμέρους μεταβολικών διαταραχών οι οποίες είναι χωρίς συμπτώματα.
Συγκεκριμένα στο μεταβολικό σύνδρομο υπάρχουν ταυτόχρονα τρεις ή περισσότερες από τις διαταραχές που αναφέρονται παρακάτω:
· Κακοήθης κατανομή υπερβάλλοντος βάρους στην κοιλιακή χώρα θώρακα και άκρα
· Υψηλά επίπεδα τριγλυκεριδίων αίματος
· Παθολογικά χαμηλά επίπεδα «καλής χοληστερίνης» HDL
· Αρτηριακή πίεση αίματος σε ανώτατα φυσιολογικά επίπεδα ή υψηλή
· Γλυκόζη (ζάχαρο) αίματος νηστείας οριακά φυσιολογική.
Το διαταραγμένο σάκχαρο νηστείας συνδέεται με αυξημένη πιθανότητα εμφάνισης διαβήτη, καρδιακών, εγκεφαλικών επεισοδίων και στυτικής δυσλειτουργίας και πρέπει να θεραπεύεται.
Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων, η διαταραχή αντιμετωπίζεται αποτελεσματικά με εξατομικευμένα διατροφικά προγράμματα και φυσικά φάρμακα εναλλακτικής ιατρικής.
Αναστασία Μοσχοβάκη ειδική παθολόγος

Πηγή: onmed.gr