

## Bệnh tiểu đường là bệnh gì? Nguyên nhân và triệu chứng (triệu chứng ban đầu)

**Bệnh tiểu đường tuýp 2** (do thiếu hụt lượng insulin hoặc các tế bào của người bệnh trở nên đề kháng với insulin)

Mặc dù tuyến tụy có thể tiết ra insulin, nhưng bệnh nhân mắc bệnh tiểu đường loại 2, do thiếu hụt lượng insulin (khiếm khuyết về tiết insulin) hoặc người bệnh đề kháng với insulin (kháng insulin). Trước đây được gọi là "bệnh tiểu đường không phụ thuộc insulin (NIDDM)".

Bệnh tiểu đường loại 2 là loại phổ biến nhất và trong 10 người thì hơn 9 người thuộc nhóm bệnh này. Mặc dù các triệu chứng có thể xảy ra ở những người trẻ tuổi, nhưng phần lớn các triệu chứng này xảy ra ở những người trên 40 tuổi.

Có rất nhiều nguyên nhân cho sự hình thành bệnh tiểu đường, các yếu tố môi trường (thói quen ăn uống) hoặc thể chất (di truyền) là những nguyên nhân phổ biến nhất khiến người bệnh mắc tiểu đường.

Chúng ta thường cho rằng bệnh tiểu đường và béo phì là cùng một loại bệnh, vì tên của căn bệnh này đều xuất phát từ "đường", nhưng nguyên nhân mắc bệnh tiểu đường không phải do hấp thụ quá nhiều đồ ngọt như đường.

Ngoài ra, việc điều trị cơ bản cho bệnh tiểu đường loại 2 là thực hiện uống chế độ ăn uống dinh dưỡng và tập luyện đúng cách, đồng thời điều trị bằng thuốc. Có nhiều loại thuốc để điều trị bệnh tiểu đường loại 2, nên được sử dụng phù hợp với tình trạng của bệnh nhân tiểu đường.

Phương pháp điều trị ban đầu phổ biến nhất là sử dụng dùng thuốc . Nếu không thể giảm được lượng đường trong máu, phương pháp tiêm Glucagon-like peptide-I (GLP-1) cũng là một trong những lựa chọn phổ biến nhất. Nếu sự tiết insulin vẫn không đủ, nó cần được bổ sung bằng cách tiêm insulin.

## **Biểu hiện, triệu chứng chính của bệnh tiểu đường**

Ở những bệnh nhân mắc bệnh tiểu đường loại 2, ở giai đoạn đầu có rất nhiều người không nhận thấy bản thân mắc bệnh. Ngay cả khi họ cảm thấy bất thường, cũng cảm nhận rất chậm, nhưng dần dần bệnh nhân sẽ phát hiện ra các triệu chứng sau:

- Cảm thấy kiệt sức và mệt mỏi.
- Da khô và ngứa.
- Có cảm giác tê ở tay và chân, hoặc thường có cảm giác kim châm gây tê.
- Thường xảy ra triệu chứng nhiễm trùng.
- Đi tiểu thường xuyên.
- Mất mồi.
- Vấn đề rối loạn chức năng tình dục (ED).
- Chậm lành vết loét hoặc vết cắt.
- Có cảm giác cực kỳ khát, hay còn được gọi là chứng khát nhiều.

## Nguyên nhân của bệnh tiểu đường loại 2

Bệnh tiểu đường loại 2, những đối tượng dưới đây có nguy cơ mắc **tiểu đường type 2** cao hơn bình thường:

- Người trên 40 tuổi.
- Người béo phì.
- Tiền sử gia đình có người mắc tiểu đường.
- Những người ít hoạt động thể chất.

Bệnh tiểu đường loại 2, có thể do yếu tố di truyền. Cá nhân hoặc thành viên gia đình (cha mẹ, anh chị em, con cái) có tình trạng như đã mô tả ở trên, nên làm xét nghiệm tiểu đường. Bệnh tiểu đường loại 2 có thể ngăn ngừa và trì hoãn sự khởi phát của bệnh tiểu đường nếu chế độ ăn uống hợp lý, tập thể dục phù hợp và chú ý đến cơ thể béo phì. Bất kể loại điều trị bệnh tiểu đường nào, kết quả lớn nhất phụ thuộc vào chính người bệnh. Để quản lý bệnh tiểu đường của riêng bạn, hãy thu thập càng nhiều thông tin càng tốt. Kiến thức về bệnh tiểu đường rất quan trọng. Bạn càng hiểu biết về bệnh tiểu đường, bạn sẽ càng dễ dàng ứng phó với bệnh tiểu đường.