

## Vad är diabetes typ 2?

# TYP 2

### Diabetes

Diabetes är ett samlingsnamn för flera sjukdomar som har olika orsaker som kännetecknas av förhöjda blodsockernivåer, d v s den som får sjukdomen har för mycket socker, glukos, i blodet.

Vanligast är diabetes typ 1 och diabetes typ 2. Vid diabetes typ 1 saknas produktion av insulin helt i kroppen. Vid diabetes typ 2 är insulinmängden reducerad, eller så har insulinet inte tillräckligt stor effekt. Resultatet i båda fallen blir att blodsockernivån stiger mer än normalt.

Av alla diabetiker så har ca 10% diabetes typ 1 och 90% har diabetes typ 2.

Mat och dryck som vi intar bryts ner till socker (glukos) i magsäcken och tarmen. Blodet tar upp sockret och transporterar det till kroppens alla celler. Socker är cellernas energi. För att sockret ska kunna komma in i cellerna så behövs insulin. Insulin är ett hormon och fungerar som en "nyckel" till cellerna. Finns det inget insulin så kan inte cellen öppnas för att ta in sockret. Sockeret blir då kvar i blodet och ger förhöjda blodsockernivåer.



Photo by Zuzsanna Kilián



## Diabetes typ 2

Vid diabetes typ 2 lider kroppen av en relativ insulinbrist, det vill säga att även om insulinproduktionen är normal eller t o m förhöjd, är effekten ute i vävnaden nedsatt. Bukspottkörteln måste då öka sin produktion av insulin för att flytta sockret från blodet in i cellerna.

Kroppen är bra på att kompensera och trots att insulinet inte fungerar som det ska, kan personer med diabetes typ 2 ofta gå med sjukdomen i flera år utan att få en diagnos.

Hos alla människor minskar bukspottskörtelns insulinproduktion med åren. Detta är mer markant hos personer med diabetes typ 2 och man får då verklig insulinbrist.

Diabetes typ 2 utvecklas oftast under en längre tid och upptäcks inte sällan av en ren tillfällighet vid ett läkarbesök. Symtomen kommer långsamt. Många av symtomen kan lätt bortförklaras

som stress symptom av de som lever ett hektiskt liv. De flesta som får diabetes typ 2 är vuxna, över 40 år men man kan även insjukna i tidigare ålder. Sjukdomen är vanligast hos överviktiga personer men även smala kan få diabetes typ 2.

## Symtom vid diabetes typ 2:

- Sår som läker långsamt
- Kissar mycket
- Ökad törst
- Ökad trötthet, matt
- Dimsyn
- Stickningar och domningar i händer och fötter
- Återkommande hud/mun urinvägsinfektioner

## Behandling vid diabetes typ 2

Egenvård är en viktig del av behandlingen. Med goda kunskaper om diabetes och om hur sjukdomen kan behandlas och kontrolleras kan du själv bidra till att behandlingen blir framgångsrik.

Diabetes typ 2 är ofta kombinerad med övervikt, höga blodfetter och kraftigt nedsatt effekt av insulinet ute i vävnaden. Behandlingens mål är att normalisera både förhöjda blodsockervärden och de åtföljande komplikationerna genom att åtgärda de underliggande livsstilsfaktorerna.

Ditt diabetesteam kommer att hjälpa dig med både goda råd och behandling.

