

# A cukorbetegség 8 legjellemzőbb tünete

Magyarországon több, mint 800 000 cukorbeteg él. A kezelt betegek számának akár többszöröse is lehet a fel nem ismert cukorbetegség. **Az időben elkezdett kezelések csökkenthetik a betegség súlyosbodását és késleltethetik a szövődmények kialakulását.** Ezért kulcsfontosságú a cukorbetegség tüneteinek időben történő felismerése. Tesztelje magát! Ha az alábbi tünetek közül több is jelentkezik Önnél, keressen fel egy diabetológus szakorvost!

## 1. Gyakori szomjúság és fokozott vizezés

A vizeletbe kiválasztódó cukor nagy mennyiségű folyadékot köt meg, vizelethajtóként működik. A betegek napi 4-5 - esetleg még több - literet vizelnek, ennek megfelelően sok folyadékot fogyasztanak. A viszonylag hirtelen kialakuló cukorbetegségnek ez lehet az egyik első tünete.

## 2. Fokozott éhségérzet

A szervezetnek szüksége van az inzulinra, hogy a glükózt a **sejtekbe juttassa**. Ha inzulin-rezisztencia alakult ki, a sejtek nem tudják tárolni a glükózt. Emiatt a szervezet nem rendelkezik a megfelelő energiával, amit azzal próbál kompenzálni, hogy az energia felvétel reményében **éhségérzetet kelt**. **A cukorbeteg sokat eszik, mégis lefogy.**

## 3. Aceton szagú lehelet

A zsírok lebontása csak cukor jelenlétében teljes, anélkül acetonná, ecetsavvá alakulnak. Emiatt a beteg lehelete aceton szagú.

## 4. Zsibbadó végtagok

A bizsergő vagy zsibbadó végtagok a diabéteszes neuropátia tünetei is lehetnek, ami a magas vércukorszint következménye. A megemelkedett szint ugyanis megzavarja az idegek által közvetített jeleket. Emellett az érfalak is meggyengülnek.

## 5. Látászavarok

A szemek és az abban lévő erek - a **meggyengült érfal miatt** - rendkívül érzékenyek az állandóan magas vércukorszintre. A szemlencse megduzzad, alakja megváltozik, emiatt homályos látás alakul ki.

## 7. Lassan gyógyuló sebek

A magas glükóz szint **gátolja a fehérvérsejtek megfelelő működését**, ezzel akadályozva a normális gyógyulási folyamatokat. A magas glükóz szint **lassú immunválaszt eredményez**, ami növeli fertőzések esélyét.

## 8. Száraz, repedezett bőr

A fokozott vizezés miatt a szervezet elveszíti víztartalma nagy részét. Mivel részben bőrünk is **víztartalmának köszönheti rugalmasságát**, ezért kiszárad, viszket, berepedezik.