



ŠEĆERNA BOLEST
KOMPLIKACIJE



Kontrola kod vašeg liječnika

Na svakoj kontroli nužno je da svog liječnika obavijestite o pojavi simptoma komplikacija šećerne bolesti:

- **SRCE** (stezanje, pečenje, pritisak u prsima - bolovi u žličici - lupanje srca, omaglice, crnjenje pred očima, nesvjestice - otežano disanje, nepodnošenje napora)
- **ŽIVCI** (problemi sa potencijom - problemi sa stolicom i mokrenjem - trnci, gubitak osjeta u stopalima, bolovi, promjene na koži)
- **OČI** - smetnje vida



Kontrola kod vašeg liječnika

Obavezno na svaku kontrolu donesite aparatić ili knjižicu u koju zapisujete vrijednosti šećera. Važno je da zapišete sve vrijednosti koje izmjerite točno jer će prema njima Vaš liječnik prilagođavati terapiju.

Godišnja kontrola:

- Vaganje (debljina dodatno pogoršava šećer),
- Mjerenje tlaka (bitno je da je uredan jer jednako oštećuje krvne žile kao i šećer),
- Pregledati srce i pluća,
- Pregledati stopala,
- Napraviti EKG nalaz,
- Uputiti Vas na vađenje krvi i mokraće.
- Uputiti na godišnju kontrolu oftalmologa kako bi se u slučaju oštećenja krvnih žila u oku na vrijeme započelo liječenje te spriječio gubitak vida.



Njega stopala – dijabetičko stopalo

- Njega stopala posebno je važna jer su komplikacije na stopalima česte (tzv dijabetičko stopalo).
- Redovito ih pregledavajte, nosite udobnu obuću (ne smije pritiskati!), redovito čistite vodom bez agresivnih sapuna (isušuju), mažite hidratantnom kremom.
- Posebno pazite na područje između prstiju koje je potrebno posušiti da ne dođe do razvoja gljivičnih infekcija kojima su dijabetičari skloni.
- Nokte skraćujte oprezno (najbolje samo turpijom).



Depresivni poremećaji

- Uz šećernu bolest često se javljaju depresivni poremećaji.
- Obavezno obavijestite svog liječnika ako se duže vremena osjećate bezvoljno, umorno, beznadno, ne uživajte u stvarima u kojima ste ranije uživali, imate problema sa spavanjem.



Sklonost infekcijama

- Zbog sklonosti infekcijama preporuča se i cijepljenje protiv gripe, upale pluća i hepatitisa.
- Kod svake infektivne bolesti vaš šećer će biti viši - bitno je da uzimate dovoljno tekućine te češće mjerite razinu šećera.





Izrada materijala sufinancirana je sredstvima Europske unije iz Europskog socijalnog fonda, Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali 2014.-2020.

*Sadržaj emitiranog materijala isključiva je odgovornost
Koordinacije hrvatske obiteljske medicine*