

# Στεφανιαία Νόσος και Σακχαρώδης Διαβήτης

Ο Σακχαρώδης Διαβήτης, η κατάσταση δηλαδή αυξημένης κυκλοφορίας γλυκόζης («ζαχάρου») στο αίμα, αποτελεί σημαντικό παράγοντα καρδιαγγειακού κινδύνου.

Οι αυξημένες συγκεντρώσεις γλυκόζης στο αίμα έχουν ως μακροπρόθεσμο αποτέλεσμα την ενίσχυση της αθηροσκλήρωσης και κατά συνέπεια την επιδείνωση της στεφανιαίας νόσου.

Η σωστή ρύθμιση του Σακχαρώδη Διαβήτη εξασφαλίζει σημαντική ελάττωση του καρδιαγγειακού κινδύνου. Για τον σκοπό αυτό είναι πιθανό να χρειαστεί πολύ πιο επιθετική αντιμετώπιση του υψηλού σακχάρου στο αίμα, με προσθήκη ή αύξηση του αριθμού των δόσεων ινσουλίνης.

Οι επιθυμητές τιμές σακχάρου στο αίμα είναι **70 - 130** όταν η μέτρηση γίνεται σε νηστικό άτομο και **κάτω από 180** όταν η μέτρηση γίνεται 1 - 2 ώρες μετά από γεύμα.

Ο πιο χρήσιμος βιοχημικός δείκτης ρύθμισης του Σακχαρώδη Διαβήτη είναι η **γλυκοζυλιωμένη αιμοσφαιρίνη** (γράφεται και ως HbA1c), η οποία θα πρέπει να μετράται ανά 2-3 μήνες στο αίμα του ασθενούς. Οι επιθυμητές τιμές γλυκοζυλιωμένης αιμοσφαιρίνης είναι **κάτω από 6,5 - 7%**.

Η αντιμετώπιση του Σακχαρώδη Διαβήτη περιλαμβάνει:

- Υγιεινή διατροφή και εφαρμογή κατάλληλου προγράμματος διαίτας
- Αντιμετώπιση της παχυσαρκίας
- Εφαρμογή προγράμματος σωματικής άσκησης
- Φάρμακα (χάπια, ενέσιμη ινσουλίνη)

