糖尿病是吃糖吃出来的？中心医院专家告诉你，那是他们不想拿糖给你吃！

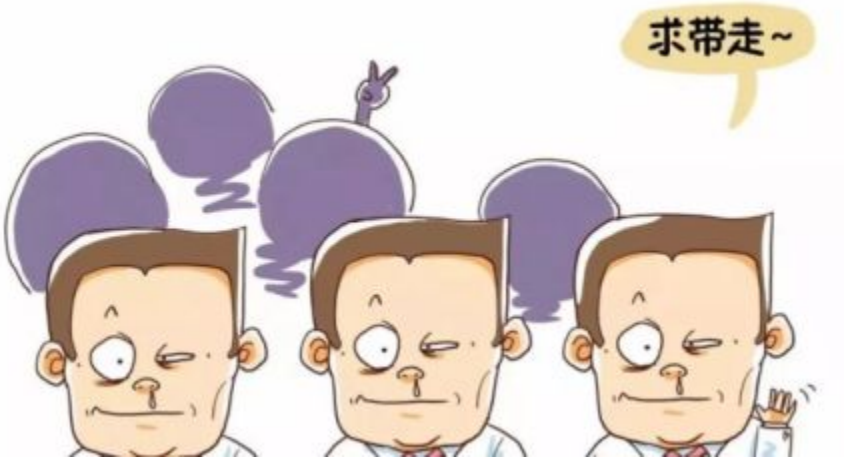
原创pzhzxyy
2019-05-28原文

生活中经常会听到身边的人说糖吃多了会得糖尿病，要少吃糖。真的是这样吗？

机体正常的糖代谢

我们的身体好比一家大公司，由许多部门组成，每个部门的正常运作使得公司（也就是我们的身体）得以健康发展。

下面这些糖是一群应届毕业生，刚从消化系统毕业的新兵蛋子。懵懵懂懂的，不知道自己该去哪，该做什么。



这时候，公司的人力资源部（胰岛）派出HR（胰岛素）将糖分配到各个部门去。

当糖到达各部门后就开始给细胞提供能量，各部门充满干劲。

上述情况就是机体正常的糖代谢。

糖尿病与糖代谢的关系

但有时候人力资源部（胰岛）也会出现问题，大致有两种问题：

（1）胰岛素分泌不足，即HR人手不够；

（2）胰岛素作用不足，即HR能力不足。

如果机体长时间出现上述两种情况，便会导致太多的应届毕业生（糖）来不及分配。公司内部紧急召开高层会议。

这时候，机体无法利用糖，也不能把糖储存起来，这些“人才”只能随着血液无所事事瞎逛悠，然后来到肾脏，最终随着尿液排出体外。

由于尿里含有较多糖分，故名**糖尿病**！

糖尿病的临床表现

这么一来，各部门又尴尬了。没有糖分提供能量啊！于是大脑启动充能预警，人就会感觉到饥饿，想吃东西，但是吃得再多也没用，糖全随着尿排出体外去了，各部门仍然人才（糖）紧缺。

慢慢的，机体便会出现三种现象：（1）多食，但体重明显下降；（2）血糖高，容易口渴；（3）高糖的尿会导致渗透性利尿。这三种情况就是糖尿病的三多一少-多饮、多尿、多食、体重减少。

话又说回来，这人力资源部（胰岛）为什么会出现这些状况?

糖尿病的分类

前面提到，胰岛出现问题一般为胰岛素分泌不足或胰岛素作用不足，我们根据出现问题的原因，将糖尿病分为I型糖尿病和2型糖尿病两种类型。

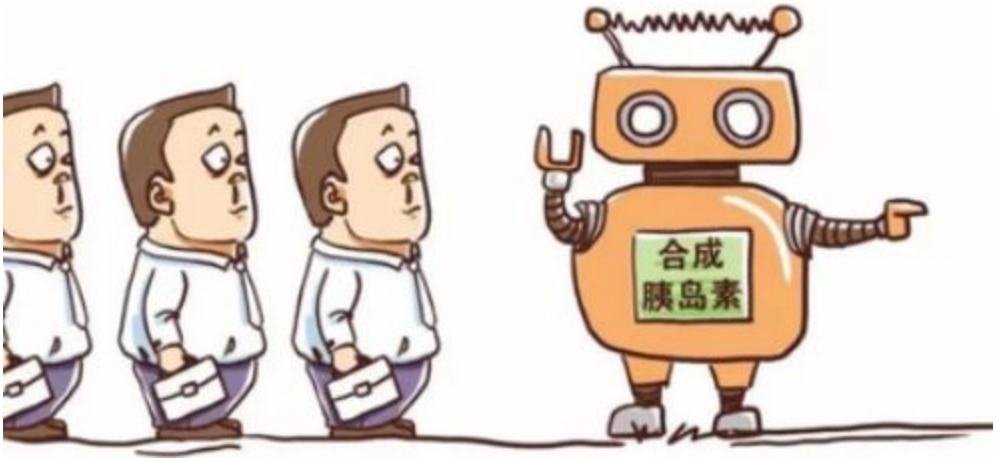
I型糖尿病是天生胰岛功能比较弱，即胰岛素分泌绝对不足，通常发生在儿童或青少年身上，是无法预防的，所以不要用糖尿病来吓唬爱吃糖的小朋友了。

2型糖尿病多在35-40岁之后发病，占糖尿病患者90%以上。多是吃出来的毛病，每天每顿饭都吃得太好，再加上缺乏运动，长期以此不仅会增加各种疾病风险，还会出现2型糖尿病。

糖尿病的治疗

通常一开始血糖升高的时候，机体还可以通过自身调节降低血糖，缓解胰岛的压力，但时间一久，胰岛也不分泌胰岛素了，血糖便会持续升高，如果血糖长时间得不到控制，便会出现一系列并发症。那这种情况该怎么办呢？

这时机体只能请求外援解决血糖持续升高的问题，即注射胰岛素或口服降糖药，但这样的代价往往比较大，比如说注射给患者带来的疼痛，又或者出现胰岛素依赖等。



许多糖尿病患者害怕长期注射胰岛素出现“胰岛素依赖”，而不积极治疗，这是非常消极的态度。糖尿病治疗就是以降低血糖，预防并发症为目的。自身分泌不足，外援来补。一味地抵触胰岛素治疗，最终受害的还是自己，要知道糖尿病并发症才是糖尿病最可怕的地方！

科普小结

糖吃多了不会得糖尿病，糖尿病是一种代谢性疾病。一旦确诊为糖尿病就要积极治疗，自身分泌不足，外援来补。

治疗上，要记住，遵医嘱，听药师，准没错！

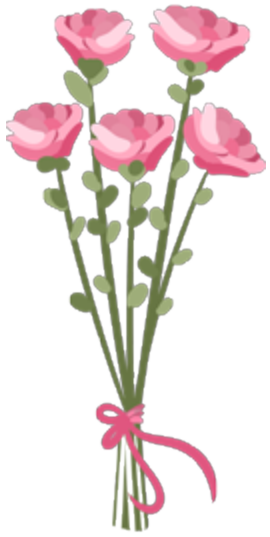
本文由药学部主任张良明、药师晏子俊撰写

end

供稿：药学部

编辑：院党办

关注攀枝花市中心医院



精选留言

暂无...