

hidup sehat
tanpa diabetes

Diabetes TIPE 1



Pada Diabetes Tipe 1 ini, tubuh benar-benar berhenti memproduksi insulin karena merusak sel pankreas yang memproduksi insulin oleh sistem kekebalan tubuh

Biasa disebut sebagai Diabetes Juvenil karena timbul pada usia remaja atau anak-anak. Istilah lainnya adalah Diabetes Insulin-dependent (Diabetes Ketergantungan Insulin), sebab penderita diabetes tipe ini sangat membutuhkan terapi insulin untuk kelangsungan hidup dan pemeliharaan kesehatan yang baik

hidup sehat
tanpa diabet

Diabetes TIPE 2



Ini adalah bentuk yang lebih umum dari Diabetes, terhitung sekitar 90% dari kasus

Pada Diabetes Tipe 2, pankreas tidak menghasilkan insulin dalam jumlah yang memadai, atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin yang tersedia dengan benar

Biasanya terjadi pada orang dewasa dan lebih sering terjadi pada orang dengan berat badan berlebih atau obesitas

Diabetes Tipe 2 ini sebelumnya dikenal dengan diabetes onset dewasa atau diabetes tidak tergantung insulin

Pelaksanaan / pengobatan sebagian besar dengan diet, olahraga dan obat oral. Insulin diberikan hanya jika kadar gula darah tidak dapat dikontrol oleh obat oral

Lebih dari 80% dari Diabetes Tipe 2 dapat dicegah atau ditunda dengan mengurangi faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya Diabetes dan mengadopsi gaya hidup sehat



Terapi Insulin

- Indikasi:
 - Pada DM tipe 1
 - Pada DM tipe 2 setelah menjadi IDDM (tidak mempan lifestyle modification dan OAD), stres (hamil, infeksi, trauma, surgery), komplikasi (ketoasidosis, koma nonketosis)
- Tujuan: menormalkan kadar gula darah, mencegah komplikasi (memperbaiki semua aspek metabolisme)

MENCEGAH KOMPLIKASI DIABETES

Komplikasi Diabetes dapat dicegah dengan melakukan hal-hal penting berikut ini:



Minum obat secara teratur sesuai anjuran Dokter atau petugas kesehatan



Jaga kadar gula darah (Tes rutin kadar gula darah) dan check-up



Makan sehat - memperbanyak konsumsi sayur dan buah, kurangi lemak, gula, dan makanan asin



Beraktivitas fisik secara teratur



Waspada infeksi kulit dan gangguan kulit



Periksa mata secara teratur



Waspada jika ada kesemutan, rasa terbakar, hilangnya sensasi, dan luka pada bagian bawah kaki.

Konsultasikan kepada Dokter/tenaga kesehatan untuk mendiskusikan bagaimana menghindari komplikasi dan cara penanganannya jika memiliki beberapa komplikasi.

STOP
Diabetes
mulai Sekarang

