



## Mīti UN Fakti

### PAR CUKURA DIABĒTU

#### Mīts

Ar cukura diabētu var saslimt, pārmērīgi ēdot saldumus.

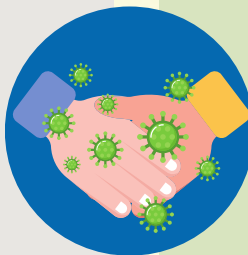


Cukura diabētu parasti neizraisa viens cēlonis un tā attīstība nav saistīta ar pārmērīgu saldumu ēšanu. 2.tipa cukura diabētu var izraisīt iedzimtība, liekais svars, mazkustīgums, kalorijām bagāta uztura lietošana un citi apstākļi.

#### Fakts

#### Mīts

Cukura diabēts ir lipīga slimība.



Cukura diabēts nav lipīga slimība, to nevar nodot otram ar pieskārieniem, siekalām vai citā infekcijas slimību pārnesei ceļā.

#### Fakts

#### Mīts

Cukura diabēts nav nopietna slimība.



Cukura diabēts ir hroniska vielmaiņas slimība, kuru ikdienā nepieciešams ārstēt un kontrolēt. Neārstēts cukura diabēts var izraisīt nopietnus veselības traucējumus (komplikācijas).

#### Fakts

#### Mīts

Ar cukura diabētu slimo tikai gados vecāki cilvēki.



Ar 1.tipa cukura diabētu biežāk saslimst bērni un jaunieši. 2.tipa cukura diabēts biežāk novērojams vecākiem cilvēkiem, tomēr arī to atklāj arvien jaunākiem cilvēkiem.

#### Fakts



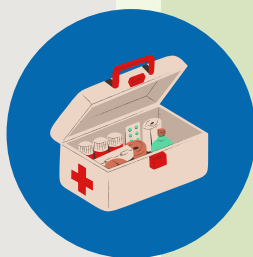


## Mīti UN Fakti

### PAR CUKURA DIABĒTU

#### Mīts

Cukura diabēta rašanos vienmēr var novērst.



Cukura diabēta rašanos ne vienmēr ir iespējams novērst. Piemēram, 1.tipa cukura diabēta gadījumā aizkuņģa dziedzeris neražo insulīnu pietiekamā daudzumā. Šī tipa cukura diabēta rašanās cēloņi līdz šim nav zināmi.

#### Fakts

#### Mīts

Cilvēki ar cukura diabētu nevar nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm.

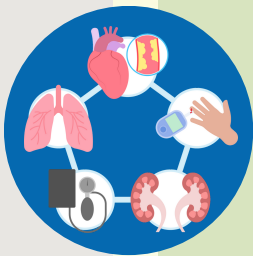


Cukura diabēta gadījumā fiziskajām aktivitātēm ir būtiska nozīme, jo tās palīdz regulēt cukura līmeni asinīs, kā arī saglabāt labu veselību. Pirms fizisko aktivitāšu uzsākšanas, svarīgi konsultēties ar savu ārstējošo ārstu.

#### Fakts

#### Mīts

Visi cukura diabēta tipi ir vienādi.



Ir vairāki cukura diabēta veidi. Visizplatītākais ir 1.tipa, 2.tipa un grūtnieču diabēts. Katram diabēta tipam ir dažādi cēloņi un tos ārstē dažādos veidos.

#### Fakts

#### Mīts

Par saslimšanu ar cukura diabētu vienmēr liecina noteiktas pazīmes.



2.tipa cukura diabētu var ilgstoši nepamanīt, jo tas attīstās pakāpeniski. 2. tipa cukura diabēta gadījumā pazīmes var būt vieglā formā vai vispār nebūt.

#### Fakts

