

کنترل بیماری‌های قلبی در دیابتی‌ها با کاهش وزن



یک مطالعه جدید نشان می‌دهد: کاهش وزن، سبب بهبود سطح قندخون، کلسترول، تری‌گلیسرید و فشارخون در بیماران مبتلا به دیابت می‌شود و این موارد، در سلامت قلب موثر است.

همشهری آنلاین: یک مطالعه جدید نشان می‌دهد: کاهش وزن، سبب بهبود سطح قندخون، کلسترول، تری‌گلیسرید و فشارخون در بیماران مبتلا به دیابت می‌شود و این موارد، در سلامت قلب موثر است.

به گزارش ایرنا به نقل از فاکس نیوز، مشکلات قلبی یکی از شایع‌ترین عوارض دیابت است. مطالعات جدید با بررسی بیش از هزار و 400 بیمار چاق و دارای اضافه وزن مبتلا به دیابت نوع 2، نشان می‌دهد که کاهش قابل توجه وزن (هشت تا 20 درصد از وزن) همراه با رژیم مناسب و ورزش حتی اگر پس از مدتی مجدداً وزن افزایش یافته و به حالت اولیه باز گردد، در سلامت سیستم قلب و عروق موثر است.

کاهش وزن اصول خاصی دارد

کاهش وزن اصول خاصی دارد و باید متناسب با شرایط بیمار باشد، همچنین حفظ وزن کاهش یافته از اهمیت بالایی برخوردار است.

محققان بر این باورند که کاهش وزن، سبب کاهش بافت چربی می‌شود و حساسیت نسبت به انسولین را افزایش می‌دهد؛ دیابت به علت ناتوانی بدن در تولید یا مصرف انسولین به وجود می‌آید.

انسولین ماده ای است که توسط لوزالمعده تولید می‌شود و نقش آن استفاده از قند به عنوان عظیم‌ترین منبع انرژی بدن است.

بنیاد بین‌المللی دیابت پیش‌بینی می‌کند تا سال 2040 میلادی، از هر 10 فرد بالغ، یک نفر به دیابت مبتلا خواهد شد و تعداد مبتلایان از 415 میلیون نفر در سال 2015 به 642 میلیون نفر می‌رسد، همچنین هزینه مراقبت‌های بهداشتی 673 میلیارد دلاری در سال 2015، به 802 میلیارد دلار خواهد رسید.