

Đường huyết cao và bệnh tiểu đường

Đường huyết cao
01/03/2011

Có rất nhiều câu hỏi xoay quanh mối liên quan giữa bệnh tiểu đường (tiểu đường) và bệnh tiểu đường?

Đường huyết cao và bệnh tiểu đường (tiểu đường)?

Đường huyết cao

Đường huyết cao là tình trạng đường huyết trong máu cao hơn mức bình thường. Nguyên nhân do di truyền, ít hoạt động thể chất, béo phì...

Bệnh tiểu đường

Bệnh tiểu đường là do tế bào không sản xuất đủ insulin hoặc không đáp ứng với insulin. Nguyên nhân do di truyền, ít hoạt động thể chất, béo phì...

Đường huyết cao

Đường huyết cao là tình trạng đường huyết trong máu cao hơn mức bình thường. Nguyên nhân do di truyền, ít hoạt động thể chất, béo phì...

Tuy nhiên,

nhưng, nếu bạn có bệnh tiểu đường, bệnh tiểu đường có thể dẫn đến bệnh tiểu đường... đường huyết cao... bệnh tiểu đường... bệnh tiểu đường... bệnh tiểu đường...

Đường huyết cao và bệnh tiểu đường (tiểu đường)?

Có cách nào để kiểm soát đường huyết cao và bệnh tiểu đường (tiểu đường) hay không?

Câu trả lời là: không có cách nào để kiểm soát đường huyết cao và bệnh tiểu đường (tiểu đường) hay không?

cá»© ai cá»©ng cá»©n tuân thá»§.

Chá»©

Äá»™ Äfn lành má»nh theo WHO (Tá»• chá»©c Y tá»¿ thá»¿ giá»i) bao gá»m viá»¦c gia tÄfng lÆá»Æng tiêu thá»¥ rau xanh và các loá»i hoa quá»£, Äá»-u, các dá»ng há»it và ngÄ» cá»c. Äá»“ng thá»i WHO cá»ng yêu cá»§u viá»¦c giá»i há»in khá»u phá»§n Äfn chá»©a nhiá»•u chá»¥t béo, chuyá»fn chá»¥t béo bão hòa sang chá»¥t béo không bão hòa và há»in chá»¿ viá»¦c dùng vô tá»™i vá»i ÄÆá»•ng ÄÆin và ÄÆá»•ng Äôi trong các thá»±c phá»©m chá»¿ biá»¿n sá»m hay các thá»±c phá»©m chá»©a ÄÆá»•ng cô Äá»c nhÆ» má»-t ong, xi rô và nÆá»c trái cây.

Ná»¿u

bá»in có ngÆá»•i thân bá»« Äái thá» ÄÆá»•ng (cha, má»¹, anh chá»« em ruá»™t) hay bá»£n thân bá»« béo phì, ít vá»-n Äá»™ng Äá»“ng nghÄ»a vá»i viá»¦c bá»in có nguy cÆi cao bá»« Äái thá» ÄÆá»•ng sau này. Bá»in cá»§n chá»¿ Äá»™ Äfn ít chá»¥t béo, há»in chá»¿ thá»©c Äfn ngá»•t, thá»©c Äfn nhanh và quan trá»ng là cá»§n tá»-p thá»f dá»¦c tích cá»±c nhá»±m giá»- trá»ng lÆá»Æng cÆi thá»f á»Ý má»©c lý tÆá»Ýng. Äía»•u Äó sá»½ giúp bá»in phòng ngá»«a bá»±nh Äái thá» ÄÆá»•ng sau này.

Khi bá»« Äái thá» ÄÆá»•ng thì tuyá»¦t Äá»i không ÄÆá»•ng Äc Äfn thá»©c Äfn ngá»•t?

Câu trá»£ lá»i : Sai

Bá»in

Äá»«ng bao giá»• Äá»f vá»« ngá»•t Äánh lá»«a mình. ÄÆá»•ng trong máu tÄfng nhiá»•u hay ít phá»¥ thuá»™c vào khá»£ nÄfng chuyá»fn thá»©c Äfn thành glucose, gá»i là chá»% sá»' ÄÆá»•ng huyá»¿t. Chá»% sá»' ÄÆá»•ng huyá»¿t cá»§a thá»©c Äfn càng cao thì càng làm ÄÆá»•ng trong máu tÄfng nhanh sau khi Äfn và ngÆá»•ng Äc lá»i, chá»% sá»' ÄÆá»•ng huyá»¿t càng thá»¦p thì ÄÆá»•ng trong máu sá»½ không tÄfng nhiá»•u sau khi Äfn.

Cho bá»in má»™t ví dá»¦ Äá»f thá»¦y sá»± khác biá»¦t:

Gá»jo

hÆÆing lài cá»§a Thái lan có chá»% sá»' ÄÆá»•ng huyá»¿t rá»¥t cao 109 ,trong khi má»-t ong là 74, bá»in thá»¦y Äó, dù gá»jo lài không ngá»•t bá»±ng má»-t ong nhÆ»ng nó lá»i làm tÄfng ÄÆá»•ng huyá»¿t nhiá»•u hÆin cá»£ má»-t ong Äá»¥y.

Nhá»ng

loá»i ÄÆá»•ng aspartam dành cho bá»±nh nhân Äái thá» ÄÆá»•ng có vá»« ngá»•t nhÆ» ÄÆá»•ng thông thÆá»•ng nhÆ»ng lá»i không há»• làm tÄfng ÄÆá»•ng trong máu cá»§a bá»±nh nhân.

Và c ng c ng chung suy nghĩ sai l m l  nh ng th c  n không ng t không l m t ng  ng trong m u

Nh 

v y, việc ch n th c  n c n c n c n s c  ng huyết th c l  rất quan tr ng cho b nh nhân  i th c  ng ch c không ph i l  v ng c c th c  n  m l i.