



ИНСУЛИНСКА РЕЗИСТЕНЦИЈА

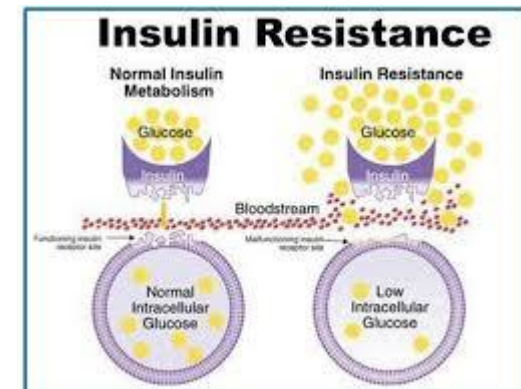
ПРОФ. ДР МАЈА ГАЛИЋ

Инсулинска резистенција

- ▶ Представља **отпорност ћелија на инсулин**, организам производи довољно инсулина, али он не може да се ефикасно користи. Уместо да се глюкоза апсорбује у ћелије, она се **накупља у крви**.
- ▶ **Настаје код особа чија се исхрана базира на угљеним хидратима, код гојазних, физички неактивних, код особа са повишеним липидима у крви, повишеним притиском, са генетском предиспозицијом и све чешће трудница.**

INSULINSKA REZISTENCIJA

Krvotok preplavljen viškom glukoze i neiskorišćenim insulinom



СИМПТОМИ

- ▶ **Дуго остаје непрепозната**
- ▶ Могу се појавити тамне мрље на задњој страни врата, испод пазуха и и на препонама – **акантоза нигриканс**
- ▶ Уколико се не лечи, односно не промени стил живота **може прећи у дијабетес**, чији су симптоми екстремна жеђ или глад, осећај глади и после оброка, често или повећано мокрење, сензација пецкања у рукама или ногама, осећај умора.



Дијагноза ИР

- ▶ **Повишен шећер у крви и повишен ниво инсулина**
- ▶ **OGTT (Oral Glucose Tolerans Test) – орални глюкозни тест толеранције** открива способност преузимања глюкозе у организму. Мери се **ШУК пре и након оралног конзумирања напитка који садржи одређену количину глюкозе** (код трудница 100гр, код одраслих 75гр, док код деце 1,75гр/кг). Изводи се ујутру између 7 и 9 часова наште, уз уобичајену физичку активност и конзумирање хране у претходна 3 дана. 12 сати пре мерења пацијент не сме да једе, пуши, нити буде физички активан. Тестирање траје 2 до 3 сата, крв се вади 4 пута код трудница и 2 пута код осталих.

- ▶ ШУК 120' < 7,7 mmol/l су задовољавајући - нормална толеранција.
 - ▶ ШУК 120' 7,8 – 11,1 mmol/l - интолеранција глукозе
 - ▶ ШУК 120' > 11,1 mmol/l - шећерна болест
-
- ▶ Референтне вредности инсулина 2,6 – 24,9 uIU/ml, почетни до 10 uIU/ml, идеално око 6 uIU/ml



Лечење ИР

- ▶ **Промена животног стила** – са акцентом на промени исхране уз повећање физичке активности
- ▶ **Лекови** – циљ да се побољша дејство инсулина у периферним ткивима, јетри, масном ткиву и мишићима.
- ▶ **Превенција – УМЕРЕНОСТ !**



ХВАЛА НА ПАЖЊИ !

