

Nhân ngày đái tháo đường thế giới

Thông tin mới liên quan

Đái tháo đường tăng sẽ gia tăng số lượng ca bệnh lao

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), bệnh lao gây ra cái chết cho khoảng 1,5 triệu người trong năm qua, bên cạnh đó vi khuẩn lao tồn tại âm thầm ở rất nhiều người. Sự kết hợp giữa đái tháo đường và lao trở thành loại gặp nhiều hơn bởi hệ miễn dịch bị suy yếu. Bác sĩ rất lo lắng cho viễn cảnh bệnh lý đái tháo đường tăng khắp thế giới, bao gồm cả các quốc gia nghèo. Lo sợ lớn nhất là sáu trong mươi quốc gia có số lượng các ca đái tháo đường tăng cao vào năm 2035, gồm Trung Quốc, Ấn Độ, Brazil, Indonesia, Pakistan, Nga. Đây cũng là các quốc gia có gánh nặng bệnh lao cao theo nhận định của WHO. Theo Hiệp hội đái tháo đường quốc tế thì đái tháo đường ảnh hưởng đến 382 triệu người vào năm 2013 và sẽ tăng lên 592 triệu vào năm 2035. Nếu bây giờ không có hành động can thiệp thì hàng triệu ca kết hợp lao và đái tháo đường sẽ xuất hiện trong tương lai.

Béo phì không phải yếu tố duy nhất gây đái tháo đường

Mặc dù đái tháo đường тип 2 thường liên quan đến quá cân hoặc béo phì nhưng cân nặng quá mức không là yếu tố nguy cơ duy nhất,



Quá cân không là yếu tố duy nhất gây đái tháo đường.



Kính áp tròng của Google

thực tế thì người gầy cũng có thể bị đái tháo đường. Có ít nhất 3 nghiên cứu mới công bố về những yếu tố nguy cơ khác đối với đái tháo đường, đó là đột biến gen, hormon ít được biết đến là amylin cùng với sự rối loạn đồng hồ sinh học cơ thể. Gen là yếu tố lớn nhất trong đái tháo đường тип 2, bằng chứng là giữa các dân tộc khác nhau có tần suất đái tháo đường khác nhau. Do yếu tố gen nên đái tháo đường mang tính gia đình. Nghiên cứu mới nhất tập trung vào gen PPARG, tuy nhiên kết quả cho thấy 1% số người có một trong chín đột biến gen trên mới ảnh hưởng đến chức năng gen và nguy cơ phát triển đái tháo đường cao hơn 7 lần. Hormon amylin cùng với insulin giúp cơ thể chuyển hóa đường nhưng đôi khi amylin lại tích tụ quanh tụ, chúng giết chết tế bào sản xuất insulin. Đồng hồ sinh học rối loạn do thức đêm, làm việc quá mức và ăn uống không điều độ sẽ gây ra nguy cơ đái tháo đường тип 2.

Kính áp tròng của Google thay thế cho kính áp tròng

Hãng Google đã chế tạo ra một kính áp tròng (contact lens)



để theo dõi mức đường huyết trong nước mắt, đây là một điều tốt lành cho hàng triệu người đái tháo đường bởi bấy lâu nay chỉ có thể theo dõi đường huyết bằng cách chích máu đầu ngón tay (có người bị chích đầu ngón đến 10 lần trong ngày). Kính áp tròng này có một bộ phận nhận cảm glucose rất nhỏ và truyền tín hiệu không dây đến thiết bị bên ngoài, giúp cho 382 triệu người đái tháo đường cần duy trì lượng insulin phù hợp với đường máu. Hiện thiết bị này đang tiếp tục được nghiên cứu để hoàn chỉnh và sớm đưa ra cho người bệnh sử dụng. Trên thế giới, thiết bị theo dõi đường huyết đã mở rộng với doanh số hơn 16 tỷ đô la vào cuối năm nay.

Vitamin D liều cao không giúp chống lại đái tháo đường

Một số nghiên cứu trước đây cho rằng mức cao vitamin D có thể bảo vệ con người chống lại đái tháo

đến đái tháo đường

» TS. BÙI MINH TRẠNG

đường тип 2, tăng mối liên quan về khả năng thiếu hụt của vitamin D với các bệnh đường máu. Trong nghiên cứu mới nhất, các chuyên gia đã khám phá ra mối liên quan giữa nguy cơ đái tháo đường và vitamin D bởi tập trung vào các gen kiểm soát mức vitamin D trong máu. Họ thấy rằng không có mối liên hệ nào khi thay đổi các gen này làm tăng nguy cơ phát triển đái tháo đường тип 2. Những phát hiện này cho thấy việc can thiệp giảm đái tháo đường тип 2 bằng sự bổ sung vitamin D là không có cơ sở. Mặc dù có nhiều nghiên cứu quan sát cho thấy tỉ lệ cao đái tháo đường тип 2 ở những người có mức thấp vitamin D trong máu, điều này đã đưa đến những nhận định mèo mò về yếu tố nguy cơ của bệnh đái tháo đường cần phải điều chỉnh.

Sữa chua và phô mai làm giảm nguy cơ đái tháo đường

Theo nghiên cứu mới công bố thì ăn sữa chua và phô mai ít béo có thể giảm nguy cơ đái tháo đường đến một phần tư so với những người không ăn. Nghiên cứu tiến hành ở thành phố Norfolk trong

11 năm có 753 người khởi phát đái tháo đường тип 2. Khi phân tích chế độ ăn chi tiết của những người tham gia nghiên cứu, những người dùng sữa chua và phô mai ít béo ít bị nguy cơ đái tháo đường тип 2 đến 24%.

Tuy nhiên tạo thay thế việc tiêm insulin

Theo các nhà khoa học Anh thì đến năm 2016 sẽ bắt đầu thử nghiệm tuy nhân tạo trên người và ca cấy ghép tuy nhân tạo sẽ diễn ra. Thiết bị nhỏ sẽ được cấy ghép vào trong bụng và bài tiết insulin vào dòng máu, điều này có thể thay thế tiêm insulin ở bệnh nhân đái tháo đường. Sự cung cấp insulin được kiểm soát bởi hàng rào gel bao quanh, khi mức đường huyết tăng cao lớp gel này chảy ra và giải phóng insulin. Khi đường huyết hạ thấp thì lớp gel này đóng đặc trở lại. Insulin được bổ sung vào thiết bị mỗi hai tuần lễ. Thiết bị này không chỉ giúp thay thế tiêm chích insulin mà còn đảm bảo đúng liều lượng insulin cần thiết cho cơ thể. Thiết bị sẽ rẻ và dễ dàng sử dụng cho bệnh nhân đái tháo đường тип 1 và đái tháo đường тип 2 cần tiêm insulin.

2.000 bước chân mỗi ngày giảm được nguy cơ nhồi máu cơ tim

Một nghiên cứu quốc tế về tình trạng rối loạn dung nạp đường huyết (dạng tiền đái tháo đường) cho biết nếu di bộ 2.000 bước mỗi ngày trong một năm sẽ giảm nguy cơ nhồi máu cơ tim được 8% và cả nguy cơ tai biến mạch máu não. Rối loạn dung nạp đường máu ảnh hưởng đến 344 triệu người trên thế giới (khoảng 87% người trưởng thành) và dự đoán tăng đến 472 triệu vào năm 2030. Những người này bị tăng nguy cơ bệnh lý tim mạch.

Mức "mỡ nâu" thấp tăng nguy cơ đái tháo đường

Những người Nam Á có mức "mỡ nâu" thấp hơn người da trắng cho nên họ có nguy cơ đái tháo đường тип 2 cao hơn. Không giống mỡ trắng, mỡ nâu đốt cháy tao năng lượng thay vì được tích tụ. Một vài nghiên cứu cho thấy mỡ nâu ảnh hưởng đến sự dụng nạp đường huyết, chuyển hóa mỡ và trọng lượng cơ thể. Các chuyên gia cũng cho rằng khi tiếp xúc với không khí lạnh trong 10 ngày sẽ làm tăng mức mỡ nâu trong cơ thể và người ta đang nghiên cứu chiến lược điều trị nhằm giúp tăng mỡ nâu.

Đường huyết cao gây giảm trí nhớ

Mức đường huyết cao có thể tăng nguy cơ đến suy giảm trí nhớ. Nghiên cứu trên 141 người với tuổi trung bình 63, không bị đái tháo đường hoặc tiền đái tháo đường (rối loạn dung nạp đường huyết). Loại trừ cả những người quá cân, uống rượu hoặc được chẩn đoán suy giảm trí nhớ. Làm test trí nhớ và so sánh với mức đường huyết theo dõi. Kết quả cho thấy đường huyết cao sẽ có nhiều nguy cơ suy giảm trí nhớ hơn.

Đái tháo đường тип 2 làm tăng nguy cơ ung thư gan

Nghiên cứu mới nhất cho thấy đái tháo đường тип 2 làm tăng nguy cơ ung thư tế bào gan lên từ 2 - 3 lần so với người không bị đái tháo đường, đây là loại ung thư gan phổ biến. Người ta phân tích dữ liệu từ gần 170.000 người lớn trong khoảng 1993 - 1996, theo dõi trung bình 16 năm. Trong thời gian theo dõi có 500 người bị ung thư gan, ngoài yếu tố nguy cơ là tuổi, uống rượu, trọng lượng cơ thể tăng và hút thuốc lá còn có yếu tố đái tháo đường тип 2.



Sữa chua tốt cho người đái tháo đường.