

ponad  
**50%**  
przypadków  
cukrzycy typu 2  
można zapobiec



# CUKRZYCA: CHROŃ SWOJĄ RODZINĘ

WYSTARCZY TAK NIEWIELE,  
BY JEJ ZAPOBIEC

Dowiedz się jak: [cukrzyca.pl/powiklania](http://cukrzyca.pl/powiklania)



14 listopada obchodzimy na całym świecie Światowy Dzień Cukrzycy.

Tematem przewodnim w tym roku "Chrońmy swoją rodzinę".

Jest to czas, by mówić o powikłaniach tej choroby, która dotyczy coraz większego procenta naszego społeczeństwa!

## Diabetyków na świecie jest coraz więcej!

Obecnie na świecie jest 425 milionów ludzi z cukrzycą. Do 2030 r. szacuje się, że będzie ich już 522 miliony.

Aż 90% zachorowań dotyczy cukrzycy typu 2, której można zapobiegać!\*

Redakcja portalu [Cukrzyca.pl](http://Cukrzyca.pl) stworzyła z powodu Światowego Dnia Cukrzycy infografikę, która bardzo graficznie prezentuje, jak ważne jest odpowiednio wczesne dostrzeżenie objawów tej choroby.

## Powikłania cukrzycy dotyczą rodziny

Cukrzyca, nieleczone bądź niewykryta, prowadzi do licznych [powikłań](#):

- chorób serca
- utraty wzroku
- niewydolności nerek
- amputacji kończyn
- uszkodzeń nerwów
- komplikacji ciąży
- ...i wielu innych

\*wszystkie informacje liczbowe pochodzą z <https://worlddiabetesday.org/media-hub/>



ponad  
**50%**  
przypadków  
cukrzycy typu 2  
można zapobiec



# CUKRZYCA: CHROŃ SWOJĄ RODZINĘ

WYSTARCZY TAK NIEWIELE,  
BY JEJ ZAPOBIEC

Dowiedz się jak: [cukrzyca.pl/powiklania](http://cukrzyca.pl/powiklania)



Te prowadzą do problemów zdrowotnych, które potrafią całkowicie odebrać choremu samodzielność. Wtedy to właśnie członek jego rodziny spada najczęściej obowiązek opieki nad diabetykiem.

## Zapobiegajmy cukrzycy typu 2

Redakcja Cukrzyca.pl przypomina, że odpowiednio wcześnie wykryty stan przedcukrzycowy wcale nie musi przerodzić się w [cukrzyce](http://cukrzyca.pl).

Wprowadzenie zdrowego stylu życia, [diety](#) i [aktywności fizycznej](#), może bowiem pomóc zapobiec ponad 50% przypadków cukrzycy typu 2.

\*wszystkie informacje liczbowe pochodzą  
z <https://worlddiabetesday.org/media-hub/>

