

## **14 listopada - Światowy Dzień Walki z Cukrzycą**



▶klik◀lekarz

# 14 LISTOPADA

## Światowy Dzień Cukrzycy

Cukrzyca to **przewlekła choroba**, w której organizm nie reguluje prawidłowo poziomu cukru we krwi.

### SKUTECZNE LECZENIE TO POŁĄCZENIE:

-  regularnych kontroli lekarskich
-  odpowiednio dobranych leków lub insuliny
-  zdrowej diety o niskim indeksie glikemicznym
-  codziennej aktywności fizycznej
-  monitorowania poziomu glukozy

### KIEDY SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z LEKARZEM?

- częste pragnienie i oddawanie moczu
- zmęczenie, utrata masy ciała
- pogorszenie widzenia
- nawracające infekcje lub trudno gojące się rany

Konsultacje można odbyć w gabinecie lub online.

Twoje zdrowie — **małe kroki, duże efekty**

REGULARNE  
BADANIA

AKTYWNOŚĆ  
FIZYCZNA

ZDROWA  
DIETA

KONTROLA  
GLIKEMII

STAŁY KONTAKT  
Z LEKARZEM

Światowy Dzień Cukrzycy 2025

Źródło danych: [Kliklekarz.pl](https://kliklekarz.pl)

**Cukrzyca** jest jedną z najszybciej rozwijających się chorób cywilizacyjnych. Według Międzynarodowej Federacji Diabetologicznej choruje na nią już ponad **537 milionów dorosłych**, a do 2045 roku liczba ta może wzrosnąć do **784 milionów**. W Polsce z cukrzycą żyje około **3 milionów osób**, a kolejne półtora miliona może nadal pozostawać niezdiagnozowanych.

Współczesne [leczenie cukrzycy](#) zmienia się niezwykle dynamicznie. Nowe terapie – takie jak flozyny, agoniści GLP-1 czy systemy ciągłego monitorowania glikemii – poprawiają kontrolę choroby i zmniejszają ryzyko powikłań sercowo-naczyniowych. U części pacjentów z cukrzycą typu 2 możliwe jest nawet osiągnięcie remisji, co potwierdza m.in. badanie DiRECT, gdzie prawie połowa osób uzyskała trwałą poprawę parametrów glikemii.

Światowy Dzień Walki z Cukrzycą przypomina, jak ważne jest wczesne rozpoznanie objawów, świadoma profilaktyka oraz dostęp do skutecznych metod leczenia. Nowoczesne podejście terapeutyczne pozwala wielu pacjentom prowadzić aktywne i bezpieczne życie, a w części przypadków znacząco spowalnia rozwój choroby.

**Pełny poradnik dostępny jest tutaj: [Leczenie cukrzycy](#)**