

<http://health.kompas.com/read/2014/05/21/1745261/Risiko.Diabetes.Dibentuk.Sejak.Dalam.Kandungan>

Risiko Diabetes Dibentuk Sejak Dalam Kandungan

Penulis : Unoviana Kartika | Rabu, 21 Mei 2014 | 17:45 WIB



SHUTTERSTOCK

Ilustrasi

KOMPAS.com - Diabetes melitus atau diabetes tipe 2 memang erat kaitannya dengan gaya hidup yang tidak sehat, termasuk pola makan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik. Namun ternyata risiko penyakit ini sudah dibentuk sejak masih dalam kandungan.

Dokter spesialis ilmu penyakit dalam Tri Juli Edi Tarigan mengatakan, kesehatan ibu selama hamil ikut mempengaruhi risiko bayinya kelak akan mengalami penyakit diabetes atau tidak. Kesehatan kandungan ibu khususnya ditilik dari pola makan dan pemenuhan nutrisi bagi janinnya.

"Pola makan dan gaya hidup ibu secara keseluruhan saat hamil mempengaruhi gula darah bayi, sehingga pola makan yang buruk ibu akan meningkatkan risiko diabetes pada bayinya," jelas Tri Juli di sela-sela acara peluncuran Accu-Chek Active di Jakarta, Rabu (21/5/2014).

Uji kohort yang dilakukan pada ribuan responden menunjukkan, gaya hidup ibu mereka saat mengandung mempengaruhi risiko diabetes mereka di masa mendatang. Responden dengan gaya hidup ibu yang lebih buruk beresiko menderita diabetes dibandingkan dengan responden lain dengan gaya hidup ibu yang lebih sehat.

Beberapa waktu lalu, studi yang dipublikasi dalam *European Journal of Clinical Nutrition* menunjukkan, bayi yang dikandung sudah mampu merasakan dampak baik maupun buruk makanan yang dimakan oleh ibunya. Menurut peneliti studi, ibu yang makanannya tinggi karbohidrat dan lemak jenuh selama mengandung lebih mungkin melahirkan bayi yang memiliki kadar glukosa yang tinggi dan penanda resistensi insulin dalam darah tali pusat bayi.

Tri Juli mengatakan, karena risikonya dimulai sejak masih dalam kandungan, diabetes tipe 2 mungkin saja dialami oleh orang yang berusia di bawah 20 tahun. Dengan kata lain anak-anak usia remaja pun saat ini bisa terkena diabetes tipe 2.

"Diabetes merupakan penyakit kronis yang bukan terjadi dalam waktu singkat, melainkan dalam waktu yang sangat panjang," kata dokter dari Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia - Rumah Sakit dr Cipto Mangunkusumo (FKUI/RSCM) ini.

Oleh karena itu dia menegaskan pencegahan diabetes perlu dilakukan sedini mungkin, termasuk sejak masih dalam kandungan. Inilah pentingnya bagi ibu untuk memperhatikan pola makan mereka saat hamil.

Editor :

Lusia Kus Anna