

<http://gayahidup.inilah.com/read/detail/2154870/penderita-diabetes-indonesia-ke-7-terbanyak-dunia#.VHvY0DGUdqV>

Penderita Diabetes Indonesia ke-7 Terbanyak Dunia

www.inilah.com 



(Foto: Ilustrasi)

Oleh: Agusniar Ditasani

gayahidup - Senin, 17 November 2014 | 12:30 WIB

INILAHCOM, Jakarta - Jumlah penderita diabetes di Indonesia menduduki peringkat ke-7 terbanyak di dunia. Masyarakat pun harus lebih memahami salah satu penyakit kronis ini.

Diabetes sendiri terdiri dari dua tipe, yakni Diabetes tipe 1 dan tipe 2. Diabetes tipe 1 terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur kadar gula dalam darah). Sedangkan Diabetes 2 adalah ketika tubuh tidak lagi bisa memanfaatkan insulin yang dihasilkan secara efektif.

Diabetes yang tidak terkontrol mengakibatkan meningkatnya kadar gula dalam darah dan jika tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan kerusakan serius pada sistem saraf dan pembuluh darah dalam tubuh.

Lebih lanjut data WHO juga menunjukkan bahwa Diabetes telah menjadi epidemi global akibat angka obesitas dan kegemukan yang meningkat drastis.

“Akibat komplikasi yang ditimbulkannya, WHO memproyeksikan Diabetes masuk ke dalam 10 besar penyebab utama kematian pada tahun 2030. Padahal langkah-langkah gaya hidup sederhana seperti mempertahankan berat badan ideal, gaya hidup aktif berolahraga dan menghindari merokok, telah terbukti efektif dalam mencegah atau menunda timbulnya Diabetes tipe 2 dan komplikasinya,” terang dr. Priska Primastuti dari World Health Organization Indonesia.