

## Konprann Dyabèt Tip 2 a



### Kisa Dyabèt la ye ?

**Dyabèt se yon pwoblèm sante kote nivo glikoz ki nan san an (yo rele l sik ki nan san an tou) monte nan yon nivo ki pi wo pase nivo nòm al la.**

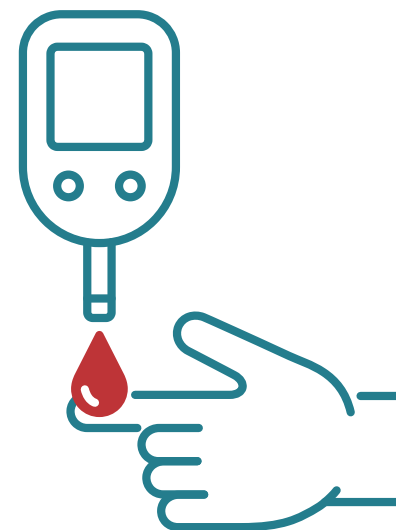
Lè w manje, kò a dekonpoze manje a pou l transfòme l fè l tounen glikoz epi li voye l nan san an. Ensilin lan ede glikoz la sikile soti nan san an pou l ale nan selil yo. Lè glikoz la antre nan selil yo, li sèvi swa kòm gaz pou enèji touswit oswa li estoke l pou li itilize l yon lòt lè. Glikoz nan san an ap afekte nan diferan fason toudepan de kalite dyabèt la.

**DYABÈT TIP 2 a se yon maladi pwogresif, sa a vle di bezwen pou jesyon maladi a pral chanje apre yon tan.**

**Nan ka DYABÈT TIP 2 a, kò a pa itilize ensilin nan byen—sa a rele rezistans ak ensilin.**

Okòmansman, selil ki nan pankreyas yo fè ensilin anplis pou konplete insilin nan. Apre yon tan, pankreyas la pa ka fè ase ensilin pou kenbe glikoz nan san an nan nivo nòm al.

**DYABÈT TIP 2 a devlope pi souvan nan granmoun ki gen laj antrede ak granmoun ki gen plis laj men l ap ogmante nan jèn moun.**



**Apre yon tan, nivo glikoz nan san an ki toujou wo ka lakòz konplikasyon, tankou:**



Maladi kè



Estwok



Maladi ren



Avèg



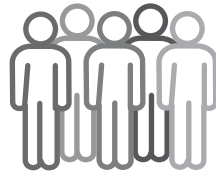
Doulè nan nè

**Pou ou jwenn plis enfòmasyon, ale sou [KnowDiabetesbyHeart.org](http://KnowDiabetesbyHeart.org)**

## Gen kèk moun ki gen plis risk pou yo fè dyabèt tip 2. Men faktè risk yo:



Lè w gen moun nan fanmi w ki fè dyabèt



Lè w se Ameriken Nwa, Panyòl/Latinks, Ameriken Natif Natal, Ameriken Azyatik, ak desandan Natif Natal Awaysi ak Moun Zile Pasifik.



Lè w fè dyabèt nan moman gwasès la, yo rele sa a dyabèt gwasès (gestational diabetes, GDM)



Lè w gen tansyon wo



Lè w gen twòp pwa oswa ou obèz



Lè w gen 40 an oswa plis



Lè w pa fè espò

## Fè yon plan ak pwofesyonèl swen sante w yo epi verifiye ABC ou yo:

# A

### SE POU A1C:

Di nivo glikoz ki nan san w an mwayèn pou de (2) a twa (3) mwa ki sot pase yo



# B

### SE POU TANSYON AN:

Endike fòs san an ki anndan veso sangen yo



# C

### SE POU KOLESTEWÒL:

Endike kantite grès ki nan san an



**Si w pa jere bagay sa yo, li ka ogmante risk pou maladi kè, estwok ak maladi ren.**

## Men kèk kesyon ou ta ka poze doktè w pou ou kòmanse yon konvèsasyon sou sa a:



# 1

Kijan mwen ka diminye risk pou mwen genyen maladi kè ak estwok?



# 2

Èske gen kèk nan medikaman mwen yo ki ka ede m jere risk mwen genyen pou maladi kè oswa lòt konplikasyon?



# 3

Èske gen pwogram ki ka ede m jere pwoblèm sante mwen an? Ou ka ban m yon referans?



# 4

Kijan mwen ka rankontre lòt moun k ap viv menm eksperyans mwen an?



**Pou ou jwenn plis enfòmasyon, ale sou [KnowDiabetesbyHeart.org](https://www.knowdiabetesbyheart.org)**

ESNONNÒ FONDATE

