

Artikel Massage bij diabetes

Inleiding

Diabetes is een verzamelnaam voor een groep ziektes die gepaard gaan met een hoge bloedsuiker (American Diabetes Association 2014). Chronische hoge bloedsuiker kan leiden tot schade aan onder andere ogen, nieren en bloedvaten (American Diabetes Association 2014). Over het algemeen worden verschillende soorten Diabetes onderverdeeld in twee groepen, Diabetes type 1 en Diabetes type 2. In 2014 was er bij 8.5% van de mensen boven de 18 sprake van een vorm van Diabetes (WHO 2018). Diabetes type 2 komt vaker voor dan type 1 (American Diabetes Association 2014). In de Verenigde Staten kwam Diabetes type 1 voor bij 0.5%, terwijl Diabetes type 2 bij 8.5% voorkwam, gemeten over 2016 en 2017 (Xu et al. 2018).



Bij Diabetes type 1 is er sprake van een absoluut tekort aan insuline (American Diabetes Association 2014). Diabetes type 1 is een auto-immuunziekte waarvan de precieze oorzaak onbekend is (Diabetesfonds). Bij Diabetes type 2 is er sprake van ongevoeligheid voor insuline (Kahn et al. 2014). De kans op Diabetes type 2 wordt vergroot door onder andere roken en overgewicht (Diabetesfonds). Bij Diabetes type 1 moet de bloedsuiker gemeten worden en insuline ingespoten worden rond het eten.

Diabetes type 2 wordt vaak behandeld met gezond eten en lichaamsbeweging. Soms is het spuiten van insuline ook bij Diabetes type 2 noodzakelijk (Diabetesfonds). Insuline wordt aangemaakt door de alvleesklier en zorgt ervoor dat bloedsuiker kan worden opgenomen door cellen in het lichaam (Diabetesfonds). Hierdoor verlaagt insuline dus de bloedsuikerspiegel.

De symptomen van Diabetes type 1 zijn onder andere onverklaarbaar gewichtsverlies, veel dorst hebben en vaak moeten plassen, wazig zien en misselijkheid.

Diabetes type 2 kenmerkt zich door vaak moe zijn, veel dorst hebben en vaak moeten plassen, het slecht genezen van wondjes en pijn in de benen bij het lopen (Diabetesfonds).