

<https://www.amessi.org/le-diabete-accelere-le-vieillissement-cerebral>



Le diabète accélère le vieillissement cérébral

- SANTE-MEDECINES-BIEN-ETRE
- DIABETE-DIABETOLOGIE



Date de mise en ligne : mardi 26 janvier 2016

Copyright © AMESSI.Org® Alternatives Médecines Évolutives Santé et

Sciences Innovantes ® - Tous droits réservés

Les diabétiques ont un risque plus prononcé d'avoir des problèmes cognitifs (perte de mémoire) au cours de leur vie que les non diabétiques. Sauf si leur diabète est bien régulé et de façon suivie.

Ce résultat est obtenu selon une étude scientifique américaine pratiquée sur un grand nombre de personnes diagnostiquées diabétiques à un âge moyen de 50 ans, sur une durée d'environ 15 années (chercheurs de l'université Johns Hopkins (Maryland).

Ils affirment, que chez le diabétique de 50 ans et plus, la maladie engendrerait un vieillissement cérébral accéléré d'au moins 5 ou 6 années.

Sommaire

- [Ce qu'engendre le diabète](#)
- [Bien évidemment cela interfère sur le comportement de l'individu concerné. Seule la maîtrise parfaite du diabète peut ralentir le vieillissement cérébral.](#)
- [Les conseils :](#)
- [Prévenir](#)
- [Faire un prise de sang :](#)
- [Les conséquences du diabète, sont graves :](#)
- [Vivre avec son diabète :](#)
- [Le sport](#)
- [La médication seule ne peut suffire au maintien d'une bonne santé.](#)

Table des matières

- [Ce qu'engendre le diabète](#)
- [Bien évidemment cela interfère sur le comportement de l'individu concerné. Seule la maîtrise parfaite du diabète peut ralentir le vieillissement cérébral.](#)
- [Les conseils :](#)
- [Prévenir](#)
- [Faire un prise de sang :](#)
- [Les conséquences du diabète, sont graves :](#)
- [Vivre avec son diabète :](#)
- [Le sport](#)
- [La médication seule ne peut suffire au maintien d'une bonne santé.](#)

↳



Ce qu'engendre le diabète

La perte des capacités mentales, la perte de mémoire, la confusion à la limite de la démence sont importantes et rapides selon la progression de la maladie.

Bien évidemment, cela interfère sur le comportement de l'individu concerné. Seule la maîtrise parfaite du diabète peut ralentir le vieillissement cérébral.

Les conseils :

En résumé, pour être en bonne santé au delà des 70 ans, il faut commencer l'équilibre alimentaire et la pratique d'une activité sportive une quinzaine d'années avant ou dès l'apparition de la maladie.

Ces pertes de mémoire, cette dégénérescence cérébrale sont dues particulièrement à la maladie et à ses conséquences quand elle n'est pas bien gérée. Taux de glycémie élevé, mauvaise gestion de son alimentation et sédentarité sont les principales raisons de ce déclin.

Prévenir

Chacun sait comment prévenir, retarder, gérer son diabète. Alors que les médias en parlent régulièrement et la prise de conscience n'est pas suffisamment efficace, car la maladie est indolore dans ses débuts. Mais les conséquences sont lourdes et irréversibles.

Faire un prise de sang :

Le taux élevé de sucre dans le sang est un des principaux signes annonciateurs du diabète. La prise de sang lors d'un simple examen de routine doit être programmée.

Les conséquences du diabète, sont graves :

Cécité, risques d'amputations, de pertes et déchaussements des dents, hypertension, risques cardiovasculaires, insuffisances rénales, athérosclérose, maladie d'Alzheimer, stress, drames familiaux liés aux relations difficiles avec le diabétique... tous ces lourds problèmes devraient vous obliger à être responsable et conscient des risques encourus.

Vivre avec son diabète :

Vous pouvez vivre avec votre diabète, retarder et éloigner tous ces risques. Il vous suffit de suivre les règles simples indiquées par vos médecins : gestion parfaite de son quotidien, hygiène alimentaire, pratique d'activités sportives régulières. (marche, vélo, natation...)

Vous éviterez une vie compliquée, faites de contraintes médicales pouvant être très lourdes et éprouvantes.

Le sport

L'activité sportive fait partie de façon radicale au maintien de votre bonne santé, elle participe de façon très efficace à la réduction du taux de votre glycémie.

La médication seule ne peut suffire au maintien d'une bonne santé.

Tous les médecins, les professionnels de la santé vous le diront et vous le répéteront régulièrement. Seul le sport vous aidera à stabiliser votre diabète, à réguler votre tension, à réduire votre mauvais cholestérol...

D'ici 2040, avec le vieillissement de la population, les chiffres du diabète seraient en augmentation de plus de 50% dans le monde, redoutent les professionnels de santé publique.

source :
diabetemagazine.fr

amessi