



Wilk...

Pixabay

W tym numerze:

Co warto przeczytać?

Cukrzyca!

Weganizm a wegetarianizm...

Podziękowania :)

"Wilk" rozdział trzeci, część szósta

Gdy doszłam do siebie, ponownie zaczęto mnie traktować jak przedtem. Tylko moja dziewczynka już mi nie dawała tych smakołyków. Brakowało mi ich, ale czułam się bez nich lepiej. Następnego dnia dziewczynka ze swoją mamą pojechały gdzieś na godzinę i wróciły z ulotką, mówiąc że będziemy lecieć

na Hawaje. Ucieszyłam się, ponieważ jeszcze nigdy nie byłam na Hawajach. Mama dziewczynki powiedziała, że będę musiała lecieć w klatce z resztą bagażu, co mnie wcale nie zadowoliło. Tydzień później mama przyszła do domu z wielką klatką i powiedziała, że w niej będę lecieć

na Hawaje, a one nade mną, w kabinie dla pasażerów. Jakiś czas później nastął ten dzień. Rano mama wprowadziła mnie do klatki i dała koc, poidelko i kawałek mięsa. Musiały dzwonić po ciężarówkę, aby jechać na lotnisko, ponieważ nie zostawiłyby mnie samej na pastwę tego człowieka. Droga

minęła szybko. Na lotnisku do mojej klatki podbiegli jacyś ludzie i chcieli mnie kupić. Mama dziewczynki powiedziała, że nie jestem na sprzedaż. Następnie podeszło do klatki dziesięciu pracowników lotniska i wzięli moją klatkę na swoje plecy. Gdy postawili ją na taśmę,

mechanizm ruszył. Po chwili samolot wzbił się w powietrze. Po sześciu godzinach spania obudziłam się jednak w aucie tego człowieka, który chciał mnie kupić! Zostałam PORWANA! Co się ze mną stanie? Czy ucieknę z tego miejsca? Dowiedcie się po wakacjach!

Helena Żarska

Cukrzyca jest to choroba przewlekła, wynikająca z niepoprawnego wydzielania insuliny (hormonu produkowanego przez trzustkę).

Cukrzyca

Kilka najpopularniejszych przyczyn cukrzycy to: złe nawyki żywieniowe, nadwaga, nadciśnienie, stres, zespół cushinga, mała ilość snu.

UWAGA!

Jak z większością chorób przewlekłych bywa, jeśli ktokolwiek z Twojej rodziny miał kiedyś cukrzycę, zwiększa się Twoja podatność na nabycie tej choroby.

Istnieje wiele rodzajów cukrzycy i to im chciałbym w większości poświęcić ten artykuł:

Cukrzyca typu 1

Dotyka 15-20% chorych na cukrzycę, jej przyczyną jest zniszczenie komórek trzustki, odpowiedzialnych za produkcję i wydzielanie insuliny. Cukrzyca typu 1 występuje najczęściej u dzieci. Jedynym sposobem leczenia tej cukrzycy jest podawanie insuliny, dieta i aktywny tryb życia.

Cukrzyca typu LADA

Jest to cukrzyca taka sama jak ta typu 1, lecz występuje u dorosłych. Około 7% osób z cukrzycą po 35 latach posiada ten właśnie typ choroby.

Cukrzyca monogenowa

Stanowi 1-2% wszystkich przypadków cukrzycy, powstaje w wyniku pojedynczej mutacji, dlatego zdiagnozowanie jej wymaga badania genetycznego.

Cukrzyca typu 2

To cukrzyca, która spotyka najczęściej osoby starsze, ale jej przyczyną nie jest brak insuliny, ale jej nieprawidłowe działanie. Najczęściej cukrzycy typu 2 towarzyszy otyłość, cierpi na nią około 80 procent wszystkich pacjentów. Leczenie cukrzycy typu 2 opiera się na stosowaniu odpowiedniej diety, wysiłku fizycznego oraz przyjmowaniu leków przeciwcukrzycowych lub przyjmowanie insuliny.

Cukrzyca ciążowa

To cukrzyca, którą diagnozuje się w przebiegu ciąży, odchodząca po urodzeniu dziecka. Kobiety z cukrzycą ciążową posiadają wyższe ryzyko zachorowania w przyszłości na cukrzycę niż kobiety bez tej choroby. Cukrzyca w ciąży daje denerwujące objawy. Należą do nich nagłe napady głodu, silne pragnienie, uczucie zmęczenia i senności, zaburzenia widzenia oraz infekcje skóry.

Cukrzyca typu 3

Po prostu inna cukrzyca, ale powracająca po jakimś czasie od leczenia (Nikt jej nie lubi :).

Konsekwencje cukrzycy: etinopatia cukrzycowa (uszkodzenia wzroku), neuropatia cukrzycowa (uszkodzenia nerwów), nefropatia cukrzycowa (choroba nerek), choroby serca, udar mózgu, stopa cukrzycowa.

Bruno Stąporek



Uważaj!

Pixabay

Weganizm a wegetarianizm

W dzisiejszym artykule omówię różnice między dietą wegańską a wegetariańską. Weganika nie jada mięsa ani nabiału, ani innych produktów odzwierzęcych, za to wegetarianka nie je mięsa, ale je nabiał. Ja należę do osób, które są wegetarianami, czyli nie jedzą mięsa, ale jak wspomniałam wyżej, jedzą nabiał. Niestety, dużo osób myli weganizm z wegetarianizmem i przez to osoby, które są kimś innym niż weganami, są z nimi myleni oraz czasami przez to są wyśmiewani.

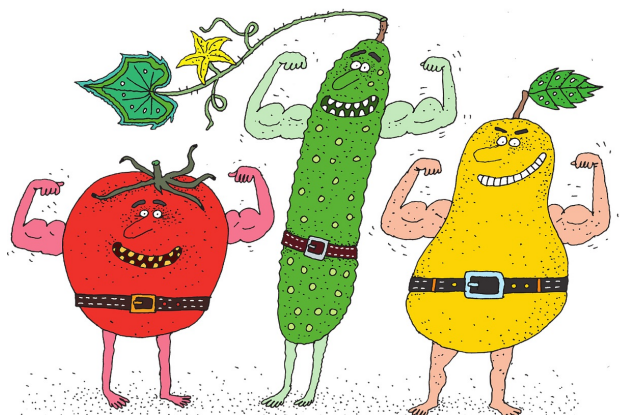
Sonikson11



Podziękowania za cały rok

To jest mój ostatni artykuł w tym roku szkolnym. Nie napisałam jednak wiele, ale za rok będę pisała od września. Mam nadzieję, że za rok nasza „ekipa” się powiększy. Nie jest to taki długi artykuł, ale chciałabym podziękować wszystkim czytelnikom i gazetkowiczom za cały ten rok.

Dziękuję!
Liwiusz



:)

Pixabay

Książki, które warto przeczytać

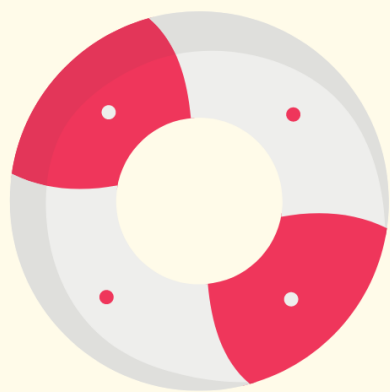
"Ewolucja według Calapurni Tate" i druga część "Niezwyczajny świat Calapurni Tate";
"Czerwień rubinu" i druga część "Błękit szafiru",
trzecia część "Zieleń szafiru"
"Gofrowe serce" (Ma on również drugą część; ale nie pamiętam, jak się nazywa.)
"Tonja z Glimmerdalen"
Może w przyszłym roku napiszę opisy tych książek...
Trzymajcie książki... to znaczy kciuki :)

Heleczek



Dziękuję!

Pixabay



DO

PRZECZYTANIA

PO WAKACJACH!



:)

JZ

STOPKA REDAKCYJNA

Numer zredagowali: Helena Źarska, Liwiusz, Heleczek, Sonikson11, Bruno Staperek

Zdjęcia: Pixabay, Justyna Zaryczańska

Redaktor naczelna: Justyna Zaryczańska