**Sykursýki tegund 2**

Ekki er vitað hvað gerir það að verkum að fólk fær sykursýki tegund 2, hún er flókin efnaskipta óreiða sem kviknar ýmist vegna erfða og/eða lífshátta sem þróast á löngum tíma. Erfðaþátturinn er mjög sterkur því er hætt að tala um sykursýki tegund 2 sem áunna sykursýki en vissulega skiptir lífsstíll alltaf máli. Til að byrja með getur verið um skert sykurþol að ræða sem þróast yfir í sykursýki tegund 2. Sykursýki tegund 2 stafar annað hvort af því að líkaminn framleiðir ekki nóg af insulíni eða það er svo kallað insulinviðnám í gangi, getur einnig verið samspil af hvorutveggja. Insulínviðnám veldur því að insulínið virkar ekki sem skyldi þó svo nóg sé af því og jafnvel alltof mikið.

Meðgöngusykursýki er að verða algengari og er einn af þeim þáttum sem auka líkur á því að fá sykursýki teg. 2. Rannsóknir sýna að stór hluti kvenna með meðgöngusykursýki er komin með SS2 innan 5 ára frá fæðingu barns. Þarna skiptir lífsstíllinn miklu máli og getur seinkað eða komið í veg fyrir tilkomu SS2.