

Победим сахарный диабет.

Сахарный диабет во всем мире занимает одно из первых мест по инвалидности и смертности после онкозаболеваний и заболеваний сердечно - сосудистой системы и является одной из главных причин слепоты. По данным ВОЗ, сахарный диабет увеличивает смертность населения в 2-3 раза и сокращает продолжительность жизни. К тому же, актуальность проблемы обусловлена еще и масштабностью распространения данной болезни. Но диабет лечить можно и нужно, а большую часть случаев заболевания можно предотвратить. Расширение доступа людей к диагностированию, обучение правильному поведению и доступная в ценовом отношении лечение являются важными элементами ответных мер. Доказано, что простые меры по изменению образа жизни эффективно предотвращают или отсрочивают начало диабета II типа.

Сахарный диабет – это хроническое заболевание, развивающееся вследствие недостаточной выработки организмом инсулина или его неэффективного использования.

Большая часть еды, которую мы потребляем, распадается до глюкозы, представляющей собой одну из форм сахара крови. Глюкоза является основным источником энергии для организма.

После переваривания глюкоза попадает в кровоток, откуда поступает в клетки и используется для их роста и в качестве энергетического субстрата. Для того чтобы глюкоза попала в клетки, необходим инсулин. Он представляет собой гормон, который продуцируется поджелудочной железой.

Когда мы едим, поджелудочная железа автоматически вырабатывает правильное количество инсулина, необходимое для перехода глюкозы из крови в клетки. У людей с сахарным диабетом поджелудочная железа выделяет небольшое количество инсулина или не вырабатывает его вообще.

Существует два основных типа сахарного диабета:

- сахарный диабет 1 типа
- сахарный диабет 2 типа

Сахарный диабет 1 типа

Группы риск развития сахарного диабета I типа:

- наследственность, стрессовые ситуации, инфекционные заболевания, аутоиммунные заболевания, травмы, хирургические операции.

Сахарный диабет 1 типа наследуется по материнской линии от 3-7%, по отцовской до 10% вероятности. Если оба родителя больные сахарным диабетом то вероятность заболевания у ребенка до 30-70%.

Человек с сахарным диабетом 1 типа, для того чтобы жить должен ежедневно вводить себе инсулин. Чаще всего он развивается у детей или в молодом возрасте, но может возникать и в любом возрасте.

Сахарный диабет 2 типа

Сахарный диабет 2 типа – это наиболее распространенная форма сахарного диабета. Среди всех больных сахарным диабетом больные 2 типом составляют 90-95%.

Этот тип диабета поражает людей старшего возраста, с ожирением, семейной историей сахарного диабета, физически неактивных, больных гипертонической болезнью, атеросклерозом, хроническим панкреатитом.

Симптомами сахарного диабета могут быть повышенная жажда, частое обильное мочеиспускание, постоянный голод, потеря веса, нарушение резкости зрения, сильная усталость, сухость кожи, зуд кожи и слизистых половых органов, частые инфекции.

Если диагноз установлен не был и человек с сахарным диабетом не получает лечение, он может впасть в опасную для жизни диабетическую кому. Симптомы сахарного диабета 2 типа развиваются постепенно. Они не возникают внезапно, как при сахарном диабете 1 типа.

Какие проводятся обследования для диагностики сахарного диабета?

Для диагностики сахарного диабета 1, и 2 типа оптимальным является экспресс-тест, определяющий концентрацию глюкозы в плазме крови натощак. Наиболее точными будут результаты анализа, проведенного утром.

Норма содержания глюкозы в капиллярной крови натощак $< 5,5$ мм/л,
У больных сахарным диабетом уровень сахара в крови всегда повышен, что является причиной плохого самочувствия и развития осложнений во всех органах и системах.

Сахарный диабет не заразен. Люди не могут заразиться им друг от друга. Тем не менее, существуют определенные факторы, которые повышают риск развития сахарного диабета.

Основным факторов в лечении сахарного диабета является диета, здоровый образ жизни и своевременное принятие сахароснижающих мед. препаратов.

Будьте внимательны к своему здоровью при первых признаках заболевания обращайтесь к врачу.

Врач терапевт

Н.В. Квитка