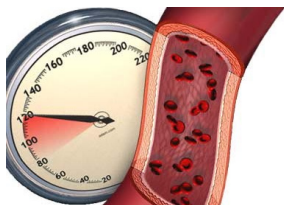


Автор: врач-эндокринолог С.Стасюкевич



Сахарный диабет – не болезнь, а образ жизни. Как нельзя вести автомобиль, не зная правил, так нельзя жить с диабетом, ничего не зная о заболевании и не соблюдая основ лечения.

Актуальность вопроса обусловлена постоянным увеличением количества больных сахарным диабетом, выявляемых во всех странах мира. Вместе с тем, считается, что пациенты с установленным диагнозом составляют 13 от фактического количества учтенных больных. По самым оптимистическим прогнозам ВОЗ ожидался рост больных сахарным диабетом (СД) каждые 10 лет в 2 раза от исходного. Оказалось, что увеличение числа заболевших СД за 10 лет превысило ожидаемые цифры. На 1.01.13г. по Речицкому району состоят на диспансерном учете 3421 взрослый с СД и 24 ребенка.

Что такое диабет?

Сахарный диабет – это хроническое многофакторное заболевание, при котором организм не способен поддерживать уровень глюкозы крови в пределах нормы. У здорового человека этот уровень контролируется гормоном инсулином, который вырабатывается специальными клетками поджелудочной железы.

Существует **2 основных типа СД** – 1 тип и 2 тип. При СД 1 типа в организме не вырабатывается инсулин или его образуется слишком мало. Распространенность СД 1 типа – менее 10 на 100 человек из числа больных СД. Причина возникновения – разрушение бета-клеток поджелудочной железы. Предрасполагающие факторы –

наследственная предрасположенность и воздействие неблагоприятных факторов внешней среды (например, вирусная инфекция). Возраст наиболее частого развития до 35 лет, но может развиваться и после 35 лет. При СД 2 типа в организме может вырабатываться достаточно инсулина, но организм не способен использовать собственный инсулин должным образом (это называется «инсулинорезистентность»). Более 90 из 100 случаев СД составляет СД 2 типа, чаще он развивается после 35-40 лет, но число молодых людей и даже детей с СД 2 типа неуклонно растет.

Факторы риска развития СД 2 типа.

Никто не знает абсолютно точной причины возникновения СД 2 типа, но чаще он развивается у лиц:

- - старше 35-40 лет;
- - с избыточной массой тела;
- - с повышенным артериальным давлением;
- - перенесших тяжелый стресс;
- - когда имеются случаи СД у родственников;
- - у женщин, имевших СД во время беременности;
- - у женщин, родивших ребенка с весом больше 4 кг.

Симптомы СД 2 типа:

На ранних стадиях СД 2 типа может не быть никаких симптомов. При их появлении Вы можете ощущать следующее:

- - чувство усталости;
- - сухость кожи, зуд;

- - онемение или покалывание в области в области кистей или стоп;
- - частые инфекционные заболевания;
- - учащенное мочеиспускание;
- - ухудшение зрения;
- - медленное заживление порезов, повреждений кожи, рецидивирующие фурункулы;
- - повышенное чувство голода и жажды;
- - сексуальные проблемы (эректильная дисфункция)

Диагностика СД

Уровень глюкозы натощак выше 6,7 ммольл, выявленный двукратно, уровень глюкозы крови выше 11,1 ммольл при исследовании в течение дня независимо от приема пищи, могут свидетельствовать СД . При отсутствии симптомов проводят специальный нагрузочный тест с глюкозой.

Возможные осложнения при СД

Поражение глаз, почек, ног (особенно страдают стопы), системы кровообращения, нервной системы. Частота инсульта, инфаркта миокарда возрастает в 6-8 раз в сравнении со сверстниками, не имеющими СД.

Перспективы на будущее при СД

Цель лечения СД – поддержание уровня глюкозы крови как можно ближе к нормальным значениям (натощак менее 5,5, в течение дня менее 7,8 ммоль/л), чтобы снизить риск развития или замедлить прогрессирование уже имеющихся осложнений. Несмотря на то, что лекарство, избавляющее от СД пока не найдено, заболевание можно контролировать. Это достигается с помощью правильного питания, адекватной регулярной физической активности, приема сахароснижающих лекарств (таблетки, инсулин), которые подберет Вам диabetолог, регулярного самоконтроля уровня глюкозы, постоянного повышения информированности о заболевании.