

Автор: И.Игнатьева, врач-эндокринолог поликлиники



Почему диабет называют сахарной болезнью?

Основной признак диабета – повышенный уровень гликемии, по-простому сахара в крови и моче. Для здорового человека, независимо от возраста, нормой считается 3,3 – 5,5 ммольл (натощак). Излишки глюкозы влияют на почечную проходимость: с мочой начинает выделяться большое количество сахара. Поскольку он тяжелее, то тянет за собой жидкость, отсюда – избыточное выделение мочи. Из-за обезвоживания пациент может сильно похудеть.

Насколько проблема диабета актуальна?

Проблема актуальна не только для всех развитых стран. Не зря диабет называют неинфекционной эпидемией века. У многих жителей появилась возможность кушать в избытке вредные продукты: жирное, сладкое, колбасные изделия. Добавим к этому малоподвижный образ жизни, стрессы, и, как следствие, получим лишний вес - один из факторов риска развития диабета второго типа. Особенно опасно абдоминальное ожирение - «пивной живот». В Беларуси сахарным диабетом болеют около 270 тысяч жителей. Однако это только выявленные случаи. С каждым годом врачи констатируют рост.

Пора проверить сахар в крови, если у вас:

-возраст старше 40 лет

-лишний вес

-повышенное давление

-учащенное мочеиспускание

-плохо заживающие раны

-кожный или генитальный зуд

-сухость во рту

-случаи диабета в роду.

Какие симптомы сахарного диабета?

Важно отметить, что диабет бывает двух типов, их симптомы различаются.

Диабетом первого типа заболевают, как правило, дети и молодые взрослые. Из-за того, что поджелудочная железа перестают вырабатывать инсулин, болезнь прогрессирует быстро. Ее не пропустишь. Основные симптомы; выраженная жажда, частое мочеиспускание, похудание (даже при повышенном аппетите),сухость кожи и слизистых, сильная слабость.

Диабет второго типа развивается, как правило, у взрослых и пожилых людей. Прогрессирует постепенно, поскольку в кровь еще поступает некоторое количество инсулина. Факторы риска- наследственность, склонность к повышенному артериальному давлению, лишний вес, большой объем талии (абдоминальное ожирение). Симптомы малозаметные (сухость во рту, зуд кожи, плохо заживающие раны) и могут маскироваться под другие болезни. Порой диабет диагностирует слишком поздно, когда у пациента начались осложнения, например, трофические язвы, ранний атеросклероз, катаракта, гангрена нижних конечностей.

Можно ли излечиться от диабета второго типа, если пациент, скажем, похудеет, начнет заниматься спортом, правильно питаться?

В таком случае болезнь может отступить, уровень сахара прийти в норму. У человека с нарушением углеводного обмена рано или поздно при стрессе, болезни, наборе веса недуг проявится и потребует медикаментозного лечения. Если диагностировали диабет, это, увы, уже навсегда.

Чем опасен диабет?

Диабет опасен не тем, что он есть, а своими осложнениями. Высокий уровень сахара губителен для мелких сосудов: особенно страдают глаза, почки, нижние конечности. Нередко пациенты жалуются, что мерзнут ноги. Если не следить за питанием, не контролировать и не компенсировать уровень глюкозы, в конечном итоге это может привести к слепоте, отказу почек, гангрене нижних конечностей. Всем пациентам ежегодно рекомендуем проходить осмотр окулиста. Стоит отметить, что эндокринологический диспансер оснащен диагностическим оборудованием, а специалисты помогут выявить осложнения на ранней стадии. Также все пациенты должны наблюдаться у подотерапевта - врача, который следит за здоровьем стоп и голеней. Как говорится, диабетика за руку встречают, за ногу провожают.

Все ли пациенты должны колоть инсулин или применяются другие методы лечения?

Из 42 тысяч состоящих на учете примерно семь тысяч нуждаются в инъекциях инсулина. Остальные используют для снижения сахара таблетированные препараты или комбинируют лечение инсулином и таблетками. Бывает, что поджелудочная железа выделяет достаточно инсулина. Но за счет того, что человек полный, нарушается усвоение гормона на периферии. Тогда пациенту назначают препараты, которые снижают скорость всасывания глюкозы в кишечнике, усиливают действие инсулина.

Как не пропустить диабет?

Все просто: сдать кровь, как говорят в народе, на сахар. Как врач эндокринолог рекомендую делать это ежегодно всем пациентам после 40 лет, особенно если есть факторы риска. Анализ выполняют в лаборатории поликлиники по месту жительства. У нас в областном эндокринологическом диспансере используется биохимический анализатор «Биосен», который позволяет получить высокоточный результат за 20 секунд. В лаборатории также имеется аппарат для определения гликированного гемоглобина. Достаточно капельки крови из пальца, чтобы определить средний уровень глюкозы в крови за последние три месяца - гликированный гемоглобин. Анализ обрабатывается пять минут.