

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 фурункулезы;
- - 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 ммольл), 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.