

ЕСЛИ ДИАБЕТ – ОБРАЗ ЖИЗНИ

14 ноября отмечается Всемирный день борьбы с диабетом. Эта дата служит напоминанием всему человечеству о том, что распространенность данного заболевания неуклонно возрастает.

Что такое сахарный диабет? Это древнейшее заболевание - первое упоминание о нем относится к 1500-3000 гг. до н.э., в трактатах были описаны рекомендации по лечению частого мочеиспускания, как одного из характерных признаков диабета. Тогда считалось, что болезнь неизлечима. Однако в наше время люди с диабетом живут полноценной жизнью, добиваются всего, что они задумали, и уж тем более этот диагноз не является смертельным.

В Зиминской городской поликлинике на диспансерном учете с диагнозом «сахарный диабет» состоит 1124 человека, в том числе диабетом 1 типа – 52 человека, 2 типа – 1067 человека, а также 5 детей, все они получают медикаментозное лечение – таблетированные препараты и инсулины.

При поликлинике работает школа «Диабет - образ жизни». Занятия проводятся при диагностировании, при постановке на диспансерный учет, проходят один раз в месяц. Тематика занятий утверждена - это диета, лечение, осложнения, профилактика при сахарном диабете 1 и 2 типа.

А теперь давайте разберемся, почему развивается сахарный диабет? Какие изменения происходят в организме? И что делать, если у вас выявлено это заболевание? Мы прекрасно знаем, что состоим из большого количества клеток, каждая из них представляет собой маленький организм, нуждающийся в нормальном питании, дыхании и выведении шлаков. Все это клетка получает из крови, одновременно выделяя в кровь «отходы производства». Чем питается клетка в норме? Основой ее питания является глюкоза. Глюкоза постоянно циркулирует в крови человека, поступая из кишечника после каждого приема углеводов, либо из печени, где она находится в качестве «неприкосновенного запаса» в виде гликогена и используется организмом в случае крайней необходимости. Но для поступления глюкозы в клетку необходимо одно важное условие – инсулин. Он как ключ открывает клетку для глюкозы. В случае отсутствия инсулина клетка останется голодной. Что такое инсулин? Это белковый гормон, который вырабатывается в поджелудочной железе бета-клетками, прямо в кровь. Таким образом, для обеспечения нормального углеводного обмена необходимо достаточное количество глюкозы в крови и достаточное

количество инсулина, чтобы дать возможность глюкозе попасть в клетки. Повышение же содержания глюкозы в крови называется гипергликемией. Таким образом, сахарный диабет – это заболевание, при котором происходит повышение содержания глюкозы в крови, нарушение углеводного обмена. Одновременно наблюдаются изменения жирового и белкового обмена. Это связано с недостатком или полным отсутствием инсулина в организме. Наиболее часто развиваются две формы заболевания – сахарный диабет 1 и 2 типа, имеющие различные причины и разные провоцирующие факторы.

Сахарный диабет 1 типа называют еще диабетом молодых, так как он чаще развивается в молодом возрасте, а также в детском, однако не исключается в любом возрасте. Основные проявления – это слабость, повышенная утомляемость, постоянная жажда и сухость во рту (человек выпивает до 2-3 литров в день, но пить хочется все больше и больше), учащенное мочеиспускание, прогрессирующее снижение веса, повышенный сахар в крови.

Сахарный диабет 2 типа называют еще диабетом пожилых, т.к. он чаще развивается после 40 лет. Для него характерно постепенное, незаметное начало, без выраженных проявлений, как при 1 типе. Чаще это небольшая сухость во рту или жажда, может быть периодически учащенное мочеиспускание, зуд, склонность к различным инфекционным процессам, плохое заживление ран, снижение веса, тошнота, рвота, снижение зрения.

Уважаемые зиминцы, о диабете можно много рассказывать, это очень серьезное, коварное заболевание. Если вас эта тема заинтересовала, приглашаю на занятия диабет-школы, которые проводятся ежемесячно, где есть возможность пообщаться. Будьте здоровы!

Обязательное прохождение диспансеризации лицам старше 40 лет ежегодно, что предусматривает исследование на глюкозу крови

Василий ГРАЧЕВ

врач-эндокринолог