

Уважаемые получатели социальных услуг!

Специалисты КГБУ СО «КЦСОН «Пировский» предлагают вашему вниманию очередное занятие в «Школе родственного ухода» на тему «Сахарный диабет, его осложнения и профилактика»

Сахарный диабет, его осложнения и профилактика

Сахарный диабет - это хроническое эндокринное заболевание, характеризующееся невозможностью усваивать глюкозу, поступающую из пищи и необходимую для питания, дыхания и энергетического обмена клеток. При этом нарушена выработка или взаимодействие с гормоном поджелудочной железы - инсулином. Он нужен для регулирования количественного присутствия глюкозы в кровотоке. При неправильной работе пары глюкоза–инсулин возникает гипергликемия стойкое увеличение уровня глюкозы. Страдает обмен веществ, нарушается работа почек, сердца, сосудов и ЦНС. Выделяют две основные разновидности сахарного диабета, которые хоть и относятся к одной группе эндокринных заболеваний, все же имеют отличия.

Сахарный диабет первого типа (инсулинозависимый I типа)

Характерен тем, что по какой-либо причине иммунная система нападает на бета-клетки поджелудочной железы (более 80%), продуцирующие инсулин. Гормона нет, а глюкоза доставляется в организм с пищей постоянно. Сахар в крови зашкаливает. Диабет первого типа чаще всего обнаруживают в детском или подростковом возрасте. Но и для взрослых он не редкость.

Сахарный диабет второго типа (инсулиннезависимый II типа)

Сахарный диабет II типа чаще диагностируется у людей после 30-40 лет. Но заболевание молодеет. В 90 % случаев у пациентов наблюдается лишний вес. Организм все еще может вырабатывать инсулин, но чувствительность клеток к инсулину снижена (это называется инсулинорезистентность). Возникает порочный круг. Клетки не чувствуют инсулин, организм вырабатывает еще больше инсулина, чтобы накормить; клетку. Глюкоза просто скапливается в крови, а инсулин повышает аппетит. Человек ест, подсакивает сахар, инсулинорезистентность усиливается.

Симптомы сахарного диабета первого типа:

- постоянная, неутолимая жажда;
- сухость во рту;
- частое мочеиспускание;
- апатия и усталость;
- неутолимый голод;
- потеря веса (в среднем 3-5 кг), не связанная с какими-либо действиями со стороны человека;
- проблемы со зрением (расплывчатость картинки, будто все в тумане).

Симптоматика сахарного диабета второго типа:

Симптоматика сахарного диабета второго типа схожа с диабетом I типа по некоторым параметрам: это жажда, голод, сухость во рту, усталость, проблемы со зрением и частые позывы в туалет. Но у данного вида есть и свои собственные признаки:

- онемение и покалывание в руках и ногах;
- медленное заживление ран и рецидивирующие инфекции.

Сахарный диабет серьезное эндокринное заболевание, которое на 5-10 лет сокращает жизнь, причем мужчины умирают от него чаще, чем женщины. Тяжелее переносятся инфекционные и вирусные заболевания. У здоровых людей по сравнению с диабетиками Альцгеймер и др. формы слабоумия развиваются реже.

Занимайтесь чаще спортом - это отличная профилактика сахарного диабета

Но с диабетом можно и нужно бороться. Грамотное управление им помогает избежать многих проблем и осложнений. Так, 50-60% случаев недуг стабилизируется и не прогрессирует.

Грамотное управление и профилактика сахарного диабета это:

- регулярная проверка глюкозы;
- специальная диета при сахарном диабете;
- занятия спортом в умеренном режиме;
- наблюдение за АД и холестерином;
- регулярное посещение необходимых специалистов и прохождение обследований;
- прием лекарственных средств, прописанных врачом.

Сахарный диабет изучен не до конца, но медикаменты и осознанное отношение к своей жизни с этим недугом помогут прожить долго и без осложнений.

