

Сахарный диабет

Сахарный диабет – это заболевание, которое характеризуется устойчивым повышением уровня глюкозы в крови. У каждого человека есть сахар в крови. Сахар поступает в кровь из продуктов питания, содержащих углеводы. В норме у человека, после приема пищи, вырабатывается инсулин и повышения сахара в крови выше нормы не происходит. При сахарном диабете инсулин не вырабатывается, либо клетки не чувствительны к инсулину, из-за чего сахар в крови повышается. Устойчивое повышение уровня глюкозы в крови называется сахарным диабетом.

Сахарный диабет может возникнуть в любом возрасте и продолжается всю жизнь. Различают сахарный диабет 1 типа и сахарный диабет 2 типа. При 1 типе сахарного диабета поджелудочная железа вырабатывает мало инсулина и необходимо ежедневно делать инъекции инсулина. Этой формой диабета в основном страдают молодые люди в возрасте до 30 лет. При сахарном диабете 2 типа инсулина вырабатывается нормальное количество, но клетки отказываются быть чувствительны к нему.

Ученые до сих пор не пришли к однозначному выводу, который бы определял первопричину возникновения диабета. Однако точно известно, что к диабету имеется генетическая предрасположенность.

Помимо наследственности в возникновении сахарного диабета играют роль и факторы внешней среды – питание, стрессы, гиподинамия.

Самое неприятное – заболевание сахарным диабетом долгое время может протекать скрыто. Многие люди не подозревают о своей проблеме. К признакам скрыто протекающего заболевания относят – фурункулез, долго не заживающие раны, различные высыпания на коже, зуд промежности, кроме того, должны насторожить быстрая утомляемость, слабость, жажда, обильное питье и мочеотделение, похудение.

Одно из важнейших направлений – это ранняя профилактика заболевания. Чтобы предупредить развитие диабета 2-го типа, необходимо: поддерживать оптимальный вес тела; быть физически активным; внимательно следить за питанием – употреблять достаточное количество фруктов, овощей, уменьшить потребление сахара и насыщенных жиров; воздерживаться от табакокурения и злоупотребления алкоголем.

Случаев выздоровления от диабета нет, но его можно компенсировать, т.е. добиться того, чтобы сахар крови больного был как можно ближе к нормальным показателям.

В Можге и Можгинском районе на 1 ноября 2015 года состоит на учете 2024 человека больных сахарным диабетом.