

Вместе против сахарного диабета!



Подготовил:
фельдшер Профилактического отделения №2
БУ «Сургутская городская клиническая
поликлиника №4»
Аминева Айгуль Вадимовна



Сахарный диабет – это хроническое нарушение обмена веществ, которая возникает в тех случаях, в основе которого лежит дефицит образования собственного инсулина и повышения уровня глюкозы в крови.

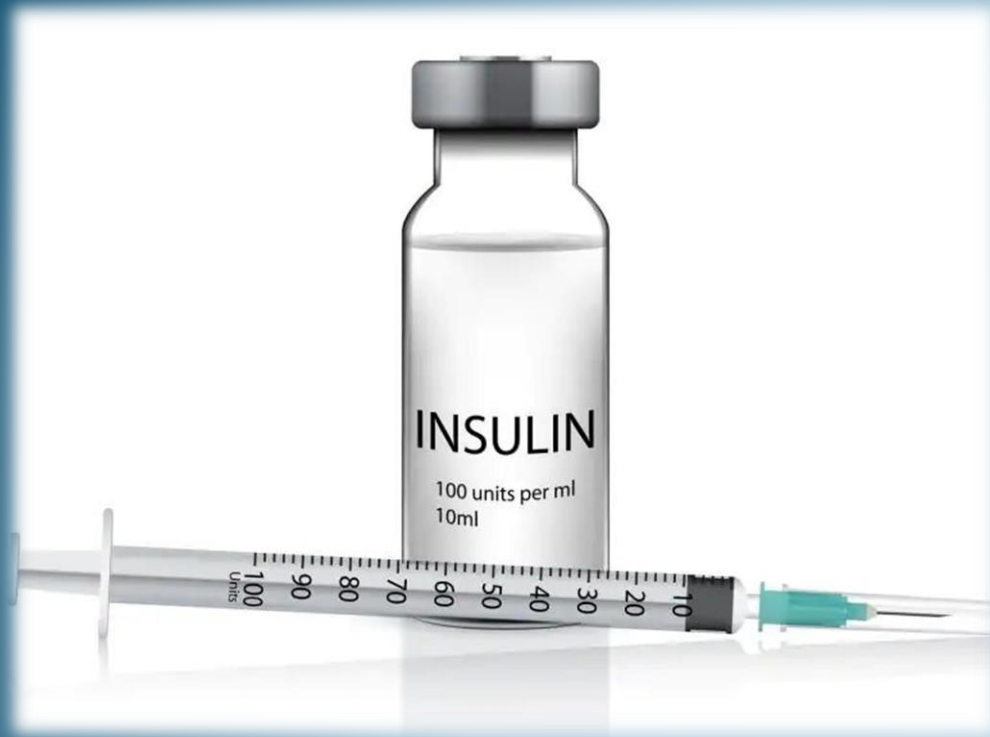
Термин «диабет»

Впервые ввел римский врач Аретиус во втором веке нашей эры

Диабет

В переводе с греческого “diabaino” означает «проходить сквозь».

Что такое Инсулин?



Инсулин представляет собой один из важнейших гормонов, которая напрямую участвует в обмене веществ:

- ✓ Стимулирует обмен глюкозы из кровотока в клетки организма;
- ✓ Удаляет излишки глюкозы из печени;
- ✓ Превращает избыток глюкозы в гликоген или в жирные кислоты.

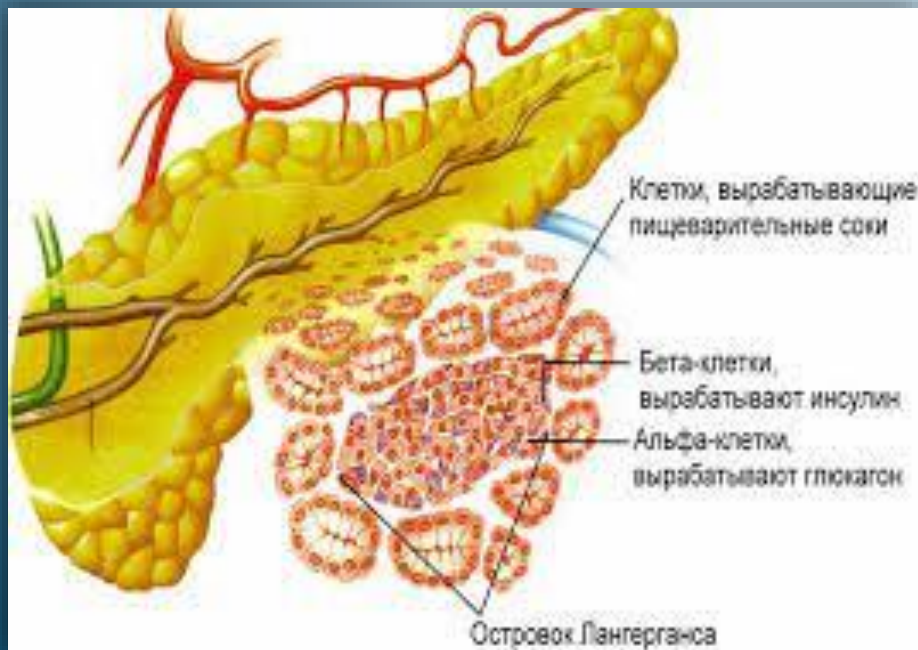
Основная роль инсулина заключается в том, что он утилизирует избыточные количества глюкозы в другие соединения, стимулирует насыщение клеток этим жизненно важным веществом – основным источником энергии.



Где вырабатывается инсулин: норма содержания

Гормон вырабатывается в поджелудочной железе в так называемых бета-клетках островков Лангерганса (хвостовая часть органа). Синтез этого гормона непрерывно, на протяжении 24 часов. Поэтому инсулин вырабатывается намного больших количествах, чем любой другой гормон. Процесс выработки усиливается после приема пищи.

Из поджелудочной железы гормон поступает в кровоток и обеспечивает цепочку процессов, в результате которых клетки получают глюкозу в легкой усвояемой форме. Организм насыщается нужной энергией, человек ощущает сытость и не переедает.



Норма содержания инсулина в крови колеблется в широких пределах:

- 3-20 мкЕд/мл для детей
- 5-25 мкЕд/мл для взрослых

Этиология (причина) сахарного диабета

- Наследственность;
- Ожирение;
- Психические и физические травмы;
- Воспалительные заболевания поджелудочной железы;
- Вирусные инфекции (краснуха, эпидемический гепатит и другие)
- Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания)
- Систематическое злоупотребление углеводами





Существует несколько его видов, но по механизму нарушения глюкозного обмена сахарный диабет разделяют на два типа.

- ✓ Сахарный диабет 1 типа
- ✓ Сахарный диабет 2 типа

Сахарный диабет 1 типа

Если по ряду причин поджелудочная железа начинает вырабатывать недостаточное количество гормона или вовсе его не производить, возникает патологическое состояние, классифицируемое как *диабет 1 типа*.

Второе его название – *инсулинозависимый диабет*. Причины поражения тканей поджелудочной железы, ответственных за синтез инсулина, могут быть разными, но механизм заболевания сводится к одному – гормон не вырабатывается.

В настоящее время выявлены токсины, уничтожающие секреторную функцию железы, вирусные инфекции, бактериальные панкреатиты, даже аутоиммунные расстройства. Патология может возникнуть даже в очень юном возрасте. **Сахарный диабет 1 типа у детей** называется ювенильным.

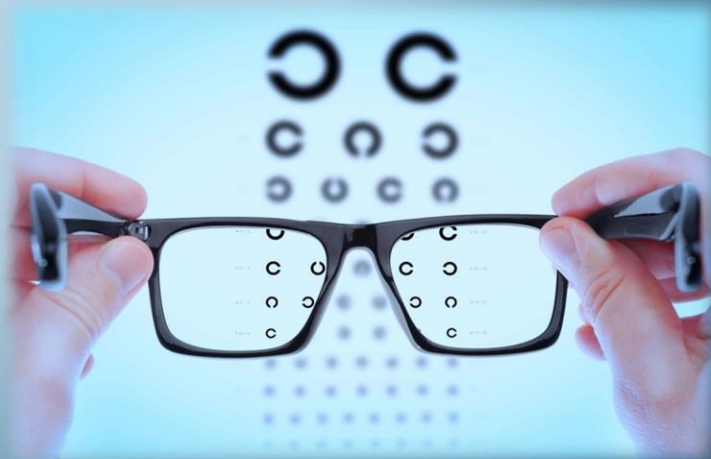
Единственным способом терапии является инъекционное введение препаратов инсулина. Данный тип неизлечим, и прием гормона становится пожизненной необходимостью.

Подвержены дети и молодые люди до 30 лет



Симптомы проявляются быстро и хорошо диагностируются.

- ✓ Жажда и сухость во рту;
- ✓ Частое мочеиспускание;
- ✓ Слабость;
- ✓ Снижение веса;
- ✓ Постоянное чувство голода;
- ✓ Ухудшение зрения;
- ✓ Запах ацетона от человека.



Сахарный диабет 2 типа

По ряду причин может возникнуть невосприимчивость клеток мишеней к молекулам гормона. В результате поджелудочная железа вырабатывает нужное или даже избыточное количество гормона, но ее клетки становятся невосприимчивыми (резистентными) к нему. Итог этого сбоя тот же — повышение уровня глюкозы в крови.

Так как проблема заключается не в недостатке инсулина, его введение не влияет на течение болезни. По этой причине у этого типа диабета есть второе название «инсулинонезависимый».



Чаще всего первые признаки появляются в более зрелом возрасте, но теперь он встречается и у детей.

На сахарный диабет 2 типа влияют:

- Диета;
- Образ жизни;
- Наследственность.

Симптомы могут быть похожими на симптомы диабета 1 типа, но часто менее выражены или вообще отсутствуют.

И как следствие, в течении нескольких лет заболевание может оставаться нераспознанным до момента появления осложнений.



Симптомы сахарного диабета 2 типа:

- ✓ Жажда и сухость во рту;
- ✓ Учащенное мочеиспускание;
- ✓ Чрезмерный аппетит;
- ✓ Набор веса;
- ✓ Зуд кожных покровов;
- ✓ Долгое заживление ран;
- ✓ Слабость;
- ✓ Онемение и покалывание в руках и ногах.



Лечение сахарного диабета 1 типа:

- Диета;
- Инсулинотерапия (введение инсулина) пожизненная;
- Физическая нагрузка (дозированная);
- Самоконтроль;
- Психотерапия;
- Санаторно-курортное лечения, фито- и физиотерапия.



Лечение сахарного диабета 2 типа:

- Диета с ограничением легкоусвояемых углеводов;
- Физическая нагрузка;
- Таблетированные сахароснижающие препараты;
- Снижение и контроль веса;
- Отказ от вредных привычек;
- Инсулин



Сахарный диабет опасен своими «поздними» осложнениями которые приводят к инвалидности и сокращению жизни.

При сахарном диабете развиваются такие **осложнения**, как :

- Нефропатия, сопровождающаяся развитием хронической почечной недостаточности
- Ретинопатия – поражение сосудов глаз, приводящая не только к снижению зрения, но и к слепоте
- Диабетическая стопа
- Стенокардия и инфаркт миокарда при поражении сосудов сердца
- Полинейропатия
- Инсульт
- Деменция.

Так же сахарный диабет страшен **острыми осложнениями**, такими как:

- Гипогликемическая кома;
- Гипергликемическая кома.



Профилактика сахарного диабета

- ✓ Придерживаться диетического питания с ограничением жирных продуктов животного происхождения, жареной, жирной и острой пищи, алкогольных напитков;
- ✓ Строго контролировать вес тела, при избытке обязательно снижать до нормы;
- ✓ Заниматься спортом, лечебной физкультурой, плаванием и др.;
- ✓ Исключить сильные стрессы;
- ✓ Отказ от вредных привычек;
- ✓ Соблюдение режима дня;
- ✓ Контроль сахара в крови;
- ✓ Соблюдение врачебных назначений.



Норма сахара в крови

(натощак, в ммоль/л)



У детей



У взрослых



При беременности



После 60 лет

Спасибо за внимание!

Берегите свое здоровье и следите за сахаром в крови!