

Сахарный диабет

Работа Мушки Ильи 9 класс

Сахарный диабет – это...

- Сахарный диабет – заболевание эндокринной системы, которое характеризуется недостаточным уровнем в организме поджелудочной железы – инсулина и нарушением обмена веществ в организме, приводящему к увеличению кол-ва сахара в крови.



ЧАЩЕ ВКЛЮЧАЙТЕ В РАЦИОН:



Овощи и фрукты ● Оливковое масло ● Рыбу ● Орехи

ОГРАНИЧЬТЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ:



Картофеля ● Сливочного масла ● Соли ● Сладостей

ФАКТОРЫ РИСКА ЗАБОЛЕВАНИЯ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

- ✓ Избыточный вес, ожирение.
- ✓ Хроническое переедание.
- ✓ Частые стрессы.
- ✓ Злоупотребление алкоголем.
- ✓ Малоподвижный образ жизни.
- ✓ Повышенный уровень холестерина.
- ✓ Повышенное артериальное давление.
- ✓ Заболевания органов пищеварения.
- ✓ Применение гормональных препаратов.
- ✓ Нарушения сна.



Признаки сахарного диабета



ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА 1 И 2 ТИПОВ

Признак

Сахарный диабет
1 типа

Сахарный диабет
2 типа

Возраст
к началу
заболевания



Молодой, обычно до 30 лет

Старше 40 лет



Начало
болезни

Острое



Постепенное

Масса тела

Снижена



В большинстве
случаев ожирение



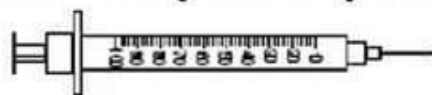
Инсулин крови

Инсулина в крови нет
или совсем мало

Содержание инсулина
в крови может быть
в норме или повышено

Лечение

Только инсулинотерапия



Диета,
сахароснижающие
таблетки, инсулин



Как избежать диабета?

- Чтобы предотвратить диабет, необходимо больше заниматься спортом, правильно питаться и по возможности, избегать стрессов.



Спасибо за внимание!