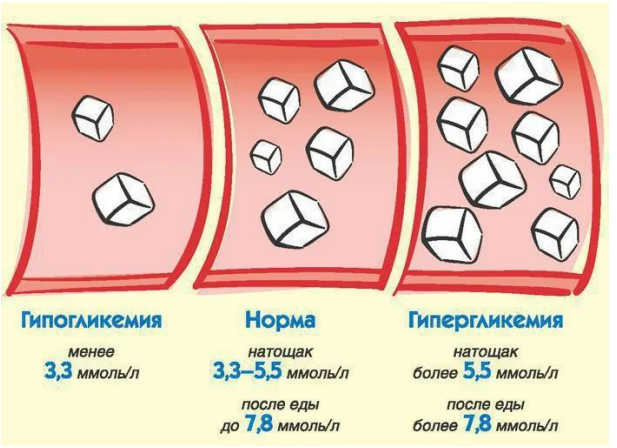
ВНИМАНИЕ! САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ- это хроническое эндокринное заболевание, сопровождающееся повышенным уровнем глюкозы в крови вследствие дефицита гормона поджелудочной железы – инсулина.

Основная причина роста числа заболевших – изменение образа жизни населения: гиподинамия, нерациональное питание, курение и злоупотребление алкоголем



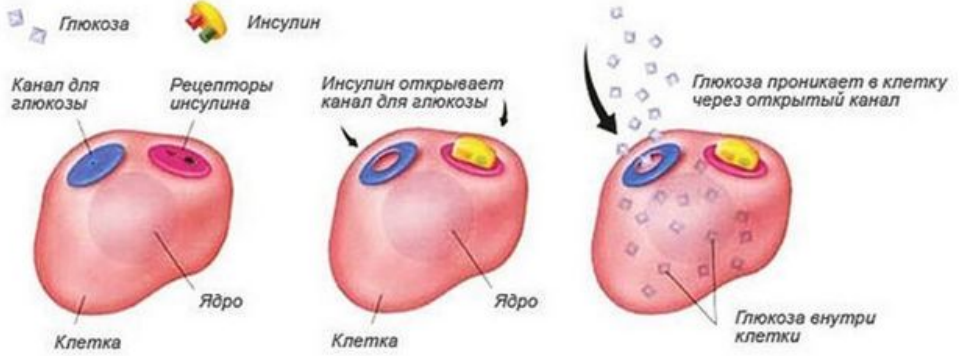
Глюкоза – основной источник энергии в организме человека. Мы получаем глюкозу, употребляя пищу, содержащую углеводы, или из собственной печени, где глюкоза запасается в виде гликогена.

Сахарный диабет – не болезнь, а образ жизни

Факторы риска развития сахарного диабета :

- **Возраст старше 45 лет**
- **Ожирение**
- **Высокий уровень холестерина**
- **Артериальная гипертензия**
- **Наследственная предрасположенность**

При сахарном диабете инсулин или отсутствует или инсулин есть, но его меньше, чем необходимо организму.



Профилактика развития сахарного диабета:

СД I типа на современном этапе развития медицины предотвратить невозможно.
Однако предотвратить развитие СД II типа реально. Причина диабета II типа — не генетика, а вредные привычки, ведущие к развитию инсулинорезистентности. Переход на здоровый образ жизни даёт 100% защиту от этого заболевания.