

# *Сахарный диабет*

симптомы, первые признаки, причины, лечение

# Что такое сахарный диабет?

- ▶ Сахарный диабет - группа заболеваний эндокринной системы, развивающихся из-за недостатка или отсутствия в организме инсулина , в результате чего значительно увеличивается уровень глюкозы в крови.



# 14 ноября

## Всемирный день борьбы против диабета.

- ▶ Эта дата отмечается ежегодно с 1991 года в день рождения Фредерика Бантинга, канадского физиолога, открывшего совместно с профессором Джоном Маклеодом гормон инсулин.



# Почему возникает сахарный диабет?

К главным причинам развития сахарного диабета относятся:

- ▶ Переедание, ведущее к ожирению является одним из основных факторов развития диабета 2-го типа.
- ▶ Наследственный фактор. Как правило, сахарный диабет в несколько раз чаще встречается у родственников больных сахарным диабетом. Если сахарным диабетом больны оба родителя, риск заболеть диабетом для их детей в течение всей жизни равен 100%.
- ▶ Вирусные инфекции, которые разрушают клетки поджелудочной железы, вырабатывающие инсулин. Среди вирусных инфекций, которые могут вызвать развитие диабета можно перечислить: краснуху, вирусный паротит, ветрянку, вирусный гепатит.
- ▶ Малоактивный образ жизни.
- ▶ Стресс



# Признаки

- ▶ Чувство неутолимой жажды и учащенные мочеиспускания, которые приводят к обезвоживанию организма.
- ▶ Повышенная утомляемость.
- ▶ Слабость.
- ▶ Очень медленно заживают раны и порезы.
- ▶ Тошнота, возможно и рвота.
- ▶ Дыхание частое (возможно с запахом ацетона).
- ▶ Учащенное сердцебиение.
- ▶ Зуд половых органов и зуд кожи.
- ▶ Потеря массы тела.
- ▶ Ухудшение зрения.



Нарушение зрения



Постоянная жажда



Утомляемость



Потеря веса



Сухость во рту



Частое мочеиспускание

# *Виды сахарного диабета*

*Сахарный диабет может быть двух типов – инсулинозависимый и инсулиннезависимый:*

- ▶ Сахарный диабет 1 типа возникает на фоне дефицита инсулина, поэтому он называется инсулинозависимым. При данном типе заболевания поджелудочная железа функционирует неполноценно. В результате этого возникает повышение уровня глюкозы в крови. В таких случаях пациентам вводят дополнительные дозы инсулина.
- ▶ Сахарным диабетом 2 типа страдают до 85% всех больных сахарным диабетом. Для больных диабетом этого типа характерна избыточная масса тела: более 70% таких больных страдают ожирением. Он сопровождается выработкой достаточного количества инсулина, к которому ткани постепенно теряют чувствительность.

## САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 1 ТИПА



- Молодой возраст



- Развиваются быстро



- Только инсулинотерапия

## ВОЗРАСТ

## САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 2 ТИПА



- Любой, но чаще после 40 лет



- Развиваются медленно



- Диета + физическая активность  
таблетированные препараты,  
агонисты ГПП-1, инсулин

## СИМПТОМЫ

## ЛЕЧЕНИЕ



# Лечение сахарного диабета

Лечение диабета направлено на:

- ▶ – снижение уровня сахара в крови;
- ▶ – нормализацию обмена веществ;
- ▶ – предупреждение развития осложнений диабета.

Далее, лечение, в зависимости от типа диабета различается.

При обнаружении признаков сахарного диабета **необходимо** обратиться к врачу!



# Как обезопасить себя?

- ▶ Включать в рацион продукты, содержащие витамины и минералы, исключать сладости и мучные изделия
- ▶ Больше употреблять пищевых продуктов, богатых клетчаткой, растительными волокнами
- ▶ Для укрепления мышечной, сердечной и сосудистой системы следует заниматься физическими нагрузками
- ▶ Общее укрепление организма





**СТОП  
ДИАБЕТ**

**ДМОО \*Л.И.Г.Р.\*  
\*МБУ ДО ЦВР \*Досуг\***