

Сахарный диабет - не приговор!

История борьбы с диабетом началась с 1921 года, когда был открыт инсулин. До этого фактически диабет не лечился. Продолжительность жизни больных 2 типа была около 3-х лет. А больные 1 типа впадали в кому и практически сразу же умирали. Инсулин дал шанс на жизнь.

В дальнейшем инсулинотерапия прошла огромные шаги. Сегодня не надо делать многократные инъекции стеклянными шприцами. Сейчас пользуются «шприц-ручками», не требующими специального умения делать инъекции и их легко можно взять с собой. Сегодня у каждого пациента с диабетом есть глюкометр, позволяющий контролировать глюкозу крови в любое время. А современный лекарственный инсулин максимально повторяет профиль инсулина, который вырабатывает поджелудочная железа.

Сахарный диабет — группа эндокринных заболеваний развивающихся вследствие абсолютной или относительной недостаточности гормона инсулина, в результате чего развивается гипергликемия — стойкое увеличение содержания глюкозы в крови.

Заболевание характеризуется хроническим течением и нарушением всех видов обмена веществ: углеводного, жирового, белкового, минерального и водно-солевого. Сахарный диабет 1 типа, или инсулинозависимый, встречается лишь у 5% от общего числа больных, в основном у детей, подростков. Среди всех больных диабетом 95 % людей имеют сахарный диабет 2 типа. Факторами, способствующими возникновению сахарного диабета 2 типа, являются недостаточная физическая активность и неправильное питание, которое способствует ожирению, а также состояние хронического стресса, который чаще всего заедают. Диабет 2 типа передается по наследству. Наличие сердечно-сосудистых заболеваний, артериального давления также способствует возникновению диабета.

При диабете 2 типа не бывает выраженной инсулиновой недостаточности, то есть поджелудочная железа продолжает вырабатывать инсулин. Причиной высокой глюкозы в крови является плохая восприимчивость клеток организма к собственному инсулину. Причин много, но главная – избыточный вес. Назначенные врачом препараты, помогают снизить уровень сахара в крови. Но добиться такого результата, особенно на ранней стадии заболевания, можно при снижении веса, строгом соблюдении назначенной врачом диеты и регулярной физической нагрузке.

За 10-15 лет болезни, даже при соблюдении больным всех требований лечения, сахарный диабет может привести к развитию серьезных хронических заболеваний. Учитывая, что при сахарном диабете значительно изменяется в патологическую сторону состав крови, можно ожидать хронического поражения всех органов.

1.Сосуды. В первую очередь при сахарном диабете страдают сосуды. Стенки их становятся все менее проницаемыми для питательных веществ, а

просвет сосудов постепенно сужается. В разы повышается риск инфаркта, инсульта, развития заболеваний сердца.

2.Почки. Почки больного сахарным диабетом постепенно теряют способность выполнять свои функции, развивается хроническая недостаточность.

3.Кожа. Кровоснабжение этого органа у больного сахарным диабетом значительно уменьшается, что приводит к развитию трофических язв. Они могут стать источником инфекций или заражений и повысить риск ампутаций.

4.Нервная система. Поражение нервов при диабете называется диабетической полинейропатией, которая может привести к утрате ощущения боли, тепла или холода, приводя к травмирующим ситуациям.

5.Глаза. Сосудистые поражения при диабете могут серьезно поражать органы зрения, вплоть до слепоты.

На заметку

Если у вас повышенный вес, то раз в полгода следует сдавать анализ крови на глюкозу.

Симптомы сахарного диабета:

- Сильная жажда
- Потеря веса
- Быстрая утомляемость, сонливость, апатия
- Сухость кожи
- Онемение ног, пальцев
- Кожный зуд
- Поражение слизистой рта

Трудно переоценить роль семьи и близких людей в жизни пациента с сахарным диабетом. Растерянность и страх при установлении диагноза, необходимость постоянного самоконтроля гликемии и соблюдения принципов рационального питания требуют поддержки и внимания со стороны близких людей. И не только в том случае, когда заболел ребёнок. Пожилым людям с диабетом часто необходима помощь при использовании глюкометра, при введении инсулина, измерение артериального давления.

При постоянной поддержке семьи и друзей гораздо легче вести активный образ жизни и контролировать свой вес, отказаться от вредных привычек и пищевых «соблазнов». Гораздо легче «правильно» питаться всей семьёй, а выполнять физические нагрузки в компании легче и интересней. И уж тем более любого рода помощь и поддержка нужна пациентам с осложнениями сахарного диабета, особенно такими грозными как ампутация, слепота, почечная недостаточность. Социальная адаптация пациентов с сахарным диабетом, их активное участие в различных сферах жизни, обучение, трудоустройство, ориентированность на семейную жизнь и воспитание детей, профилактика осложнений и жизнь с инвалидностью — через всё это пациенту легче пройти «плечом к плечу» со своими близкими.