

## Сахарный диабет

**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. **Чаще всего встречаются сахарный диабет 1 типа – инсулинзависимый, и 2 типа - инсулиннезависимый сахарный диабет.** Сахарный диабет 1 типа, или инсулинопотребный, 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 генетическая предрасположенность.

**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.

*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.

