Сахарный диабет второго типа.

Сахарный диабет второго типа – хроническое заболевание, которое может возникнуть в любом возрасте.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Сахарный диабет

Заболевание развивается вследствие недостатка гормона инсулина или нарушения его взаимодействия с клетками организма

Симптомы

Осложнения

Диабетический кетоацидоз – тяжелое состояние, развивающееся вследствие накопления в крови продуктов промежуточного метаболизма жиров. Может приводить к потере сознания и нарушению жизненно важных функций организма

Гиперосмолярная кома – предрасположены пожилые люди. Проявления – слабость, вялость, мышечные судороги, потеря сознания

Гипогликемия – снижение уровня сахара в крови ниже нормального значения (обычно ниже 4,4 ммоль/л). Симптомы – обильное потоотделение, постоянное чувство голода, ощущение покалывания губ и пальцев, бледность, сердцебиение, мелкая дрожь, мышечная слабость и утомляемость

Профилактика

Здоровая пища

Овощи и фрукты. Хлеб (из муки грубого помола), макаронные изделия, рис, овес, ячмень, гречка. Не употреблять сахар и соль

Такой рацион замедлит поступление глюкозы в кровь, будет поддерживать низкий уровень холестерина

Физические нагрузки

30 минут в день ежедневных физических упражнений

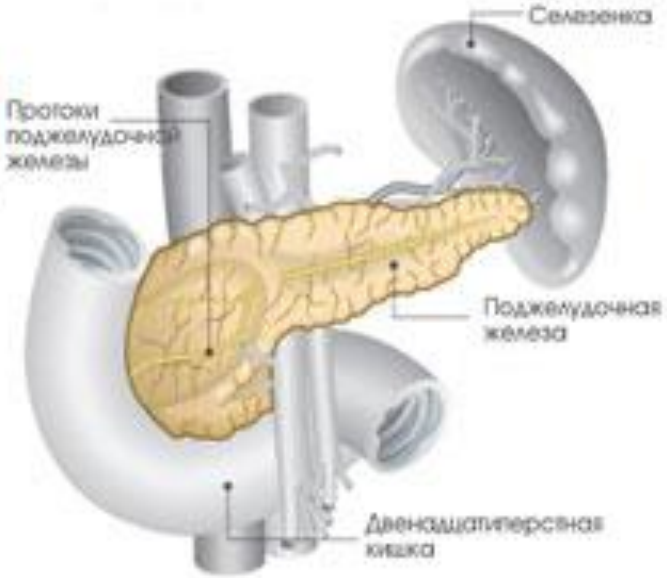
Люди, занимающиеся физическими упражнениями не менее 5 раз в неделю, снижают степень риска заболеть сахарным диабетом на 50%

Классификация

В зависимости от причин подъема глюкозы крови, сахарный диабет делится на две основные группы

1 Первый тип - инсулинозависимый. Связан с поражением поджелудочной железы и недостатком инсулина. Подвержены молодые люди в возрасте до 30 лет

2 Второй тип - инсулинонезависимый, возникает в связи с относительной недостаточностью инсулина. На первых этапах введение инсулина не требуется. Подвержены люди зрелого возраста



http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

РИАНОВОСТИ © 2009

Общие сведения

- Причины возникновения сахарного диабета разнообразны, но все они связаны с поражением поджелудочной железы, в том числе и паразитарными инвазиями. Чаще всего это заражение лямблиями.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

- На ранней стадии симптомы сахарного диабета выражены слабо, поэтому каждый третий пациент зачастую даже не догадывается о своей проблеме.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

- При диабете второго типа организм не в состоянии «превращать» пищу в энергию. В результате уровень глюкозы в крови повышается, развиваются сердечно-сосудистые заболевания, падает зрение, возникают другие серьезные осложнения.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Инсулин: переработка глюкозы в энергию

- 1) При переваривании сложные углеводы расщепляются до простых, включая глюкозу.
- 2) Глюкоза, попадая в кровь, стимулирует выработку поджелудочной железой инсулина.
- 3) Инсулин и глюкоза с кровотоком доставляются ко всем органам и тканям. Под действием инсулина «биологическое топливо» глюкоза быстро проникает внутрь клеток, а ее избыток откладывается в печени.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Сахарный диабет второго типа: что происходит?

- При сахарном диабете 2 типа клетки организма не могут нормально усвоить глюкозу, ее уровень в крови повышается. В ответ на это усиливается выработка инсулина, а восприимчивость клеток к нему снижается.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Симптомы сахарного диабета 2 типа

- Сильная жажда, сухость во рту, чувство голода, частое мочеиспускание, потеря или набор веса.
- Головные боли, нечеткое зрение, слабость.
- Незаживающие ранки и язвы, грибковые заболевания, инфекции мочевыводящих путей.
- Импотенция. По статистике от эректильной дисфункции страдает от 35 до 70% пациентов с сахарным диабетом.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Факторы риска, поддающиеся самоконтролю

- Лишний вес – определяется при индексе массы тела (ИМТ) свыше 25
- Малоподвижный образ жизни
- Уровень содержания «хорошего» холестерина ниже 35 мг/дл, триглицеридов – выше 250мг/дл
- Повышенное артериальное давление (выше 140/90 у взрослых)
- Курение

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Факторы риска диабета, не поддающиеся самоконтролю

- Этническая принадлежность. К группе риска относятся латиноамериканцы, афроамериканцы, индейцы и уроженцы Азии.
- Сахарный диабет в семейном анамнезе.
- Возраст. После 45 лет риск развития сахарного диабета второго типа повышается.

Факторы риска диабета у женщин

- Диабет во время беременности
- Рождение ребенка весом более 4 кг
- Поликистоз яичников

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Диагностика диабета

1) тест на гемоглобин А1С, определяющий уровень сахара крови за последние 2-3 месяца (показатель выше 6,5% указывает на наличие диабета)
2) анализ уровня глюкозы натощак (о наличии сахарного диабета свидетельствует показатель свыше 126 мг/дл)
3) глюкозотолерантный тест

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Осложнения диабета: сосуды

- Если диабет не лечить, болезнь начинает разрушать органы и системы. У людей, страдающих от диабета, в 2-4 раза повышается риск развития инсульта.
- В сосудах образуются холестериновые бляшки, которые приводят к развитию атеросклероза. А это – самая частая причина инфаркта и инсульта.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Осложнения диабета: почки

- Диабет повышает риски развития хронической болезни почек. Снизить их поможет контроль за уровнем холестерина в крови и регулярное измерение артериального давления.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Осложнения диабета: зрение

- Высокий уровень сахара негативно отражается на сосудах, снабжающих сетчатку глаза кислородом и питательными веществами.
- В результате развивается диабетическая ретинопатия – болезнь, которая приводит к прогрессирующему снижению остроты зрения. Именно диабетическая ретинопатия является причиной развития слепоты у пациентов с диагнозом «диабет».

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Осложнения диабета: нервная система

- Сахарный диабет 2 типа и повышенный уровень глюкозы разрушают нервную систему, что приводит к диабетической нейропатии. Ее первые симптомы – покалывание, онемение в конечностях. Поражение нервов может возникать в любой системе органов, включая желудочно-кишечный тракт.
- Считается, что вылечить диабетическую нейропатию невозможно. Однако специально подобранные препараты* помогут не только снять симптомы, но и вывести заболевание в устойчивую ремиссию, которую можно будет постоянно поддерживать.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Осложнения диабета: ноги

- Диабетическая нейропатия приводит к снижению чувствительности и нарушению кровообращения ног. В результате на ногах могут появиться язвы, что грозит гангреной и ампутацией конечностей.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Контроль над сахарным диабетом: измерение уровня глюкозы

- Измерение уровня глюкозы в крови позволит держать диабет под контролем и при необходимости изменять план лечения.
- Проконсультируйтесь с врачом относительно того, насколько часто необходимо пользоваться глюкометром. Как правило, замерять сахар нужно утром, вечером, после каждого приема пищи и физических нагрузок.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Контроль над сахарным диабетом: диета

- Особая диета способна держать под контролем сахар и может снизить риск осложнений. Пациенты с сахарным диабетом второго типа должны очень внимательно отслеживать количество потребляемых углеводов, жиров и белков, а также употреблять только низкокалорийную пищу.
- Индивидуальный рацион поможет подобрать врач-диетолог.

Контроль над сахарным диабетом: физическая нагрузка

- Умеренные физические нагрузки, такие как силовые тренировки или ходьба, усиливают действие инсулина и снижают содержание сахара в крови.
- Помимо этого, регулярные физические упражнения уменьшают жировую прослойку, снижают артериальное давление и защищают от сердечно-сосудистых заболеваний.

Контроль над сахарным диабетом: снятие стресса

- От стресса растет давление, а еще стресс часто чем-нибудь заедают. Для пациентов с диабетом противопоказано и то, и другое. Стресс нужно не заедать, а снимать.
- Для этого подойдут различные техники релаксации: глубокое дыхание, занятие спортом, а иногда помогает просто разговор с другом. Если все эти методы неэффективны, следует обратиться к врачу.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Контроль над сахарным диабетом: пероральные препараты

- Если не помогает ни диета, ни упражнения, значит, пора принимать лекарство.
- Антидиабетических препаратов существует огромное множество. Одни из них способствуют выработке инсулина, другие повышают его эффективность или блокируют усвоение крахмала.

Контроль над сахарным диабетом: инсулин

- На раннем этапе лечения врач может добавить к пероральным препаратам инсулин.
- Инсулин применяется пациентами с диабетом второго типа при «недостаточности бета-клеток» – когда клетки поджелудочной железы не способны вырабатывать инсулин в ответ на повышение уровня глюкозы.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Контроль над сахарным диабетом: биологически активные добавки

- По составу, механизму действия и назначению БАД можно разделить на нутрицевтики и парафармацевтики.
- **Парафармацевтики** это группа БАД, весьма близкая к лекарственным препаратам.
- **Нутрицевтики** — это группа пищевых добавок, применяемых для восполнения недостатка веществ, которые не вырабатываются в организме человека, а поступают в него только с пищей.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Chromium Chelate
(Хром Хелат)

- Поддерживает нормальный уровень сахара в крови
- Повышает мышечный тонус, работоспособность и выносливость
- Нормализует обмен веществ, снижает уровень холестерина, регулирует уровень сахара при инсулинорезистентных состояниях
- Снижает аппетит

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

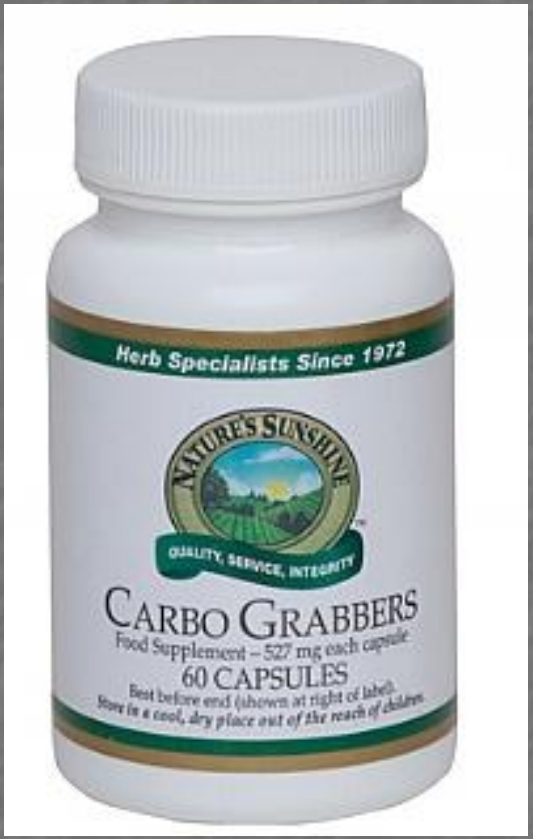
Caprylic Combination (Гарциния комбинейшен)

- Нормализует микробиоценоз кишечника
- Подавляет рост дрожжей в желудочно-кишечном и мочеполовом трактах
- Нормализует работу пищеварительной системы в целом
- Укрепляет иммунную систему и способствует профилактике развития воспалительных заболеваний

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Carbo Grabbers
(Карбо Грэбберс)

- Блокирует усвоение углеводов на 56%
- Предупреждает быстрое всасывание глюкозы в кровяное русло
- • Тормозит процесс накопления жира (липогенез) и способствует снижению веса
- Уменьшает чувство голода
- Не содержит генетически модифицированных веществ, искусственных красителей и вкусовых добавок



http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Stevia (Стевия)

- Является низкокалорийным заменителем сахара, особенно для больных, страдающих сахарным диабетом, нарушением углеводного обмена и сердечно-сосудистыми заболеваниями (атеросклероз, ожирение и др.)
- Обладает кардиотонизирующим эффектом
- Нормализует работу печени и желчного пузыря
- Способствует нормализации работы желудочно-кишечного тракта
- Оказывает противовоспалительное действие
- Сдерживает рост и размножение болезнетворных бактерий и патогенных микроорганизмов

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Врач – эндокринолог **Топольнюк Т.И**. говорит следующее:

«Больные сахарным диабетом 2 типа в подавляющем большинстве – это больные с «метаболическим синдромом».

При лечении «метаболического синдрома» борьба с избыточным весом зачастую определяет течение сахарного диабета:

- **1-й месяц:** 1–2 разгрузочных дня в неделю + Fat grabbers (Фэт Грабберз) по 2 капс. 3 раза в день за 30 мин до еды + Комплекс с гарцинией по 1 капс. 3 раза в день за 30 мин до еды + Локло по 1 стол. ложке на 1 стакан воды за 1 час до еды утром. В разгрузочные дни по 1 стол. ложке Локло на 1 стакан воды 2 раза в день до еды за 60 мин.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

- **2-й месяц:** Fat grabbers (Фэт Грабберз) по 2 капс. 3 раза в день за 30 мин до еды + Хром Хелат по 1 табл. 2 раза в день. В разгрузочные дни продолжать прием Локло.
- **3-й месяц:** продолжать Хром Хелат по 1 таб. вечером во время еды + Омега-3 NSP (НСП) по 1 капс. 2 раза в день или Лецитин NSP (НСП) 1 капс. 2 раза в день + Келп (Бурая водоросль) 1 капс. утром во время еды.»

- Эффективность применения БАД часто определяется их сочетанием с другими методами лечения (диета, двигательная активность, физиолечение и пр.)

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Профилактика диабета второго типа

- Обследуйтесь на предмет преддиабета.
- Следите за общим состоянием здоровья, дважды в год проводите противопаразитарную профилактику.
- Поддерживайте свой вес в норме
- Делайте физические упражнения по 30 минут пять раз в неделю

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

- Придерживайтесь правильной диеты

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

- Своевременно восполняйте возможный дефицит минералов и витаминов с помощью БАД.
- Помните, что повседневное использование нутрицевтиков обеспечивает работу тканей и органов всем необходимым для здоровой жизнедеятельности организма.

- Если вы входите в группу риска, то профилактические меры и медикаментозное лечение помогут предотвратить развитие сахарного диабет второго типа.

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Помогите нам помочь другим!

Если Вы нашли эту информацию полезной,
пожалуйста, передайте ссылку на эту статью своим знакомым!

СПАСИБО!

Статьи кандидатов медицинских наук и врачей 1 категории на сайте

http://doktor-nsp.mirtesen.ru/

Уже сегодня Вы можете стать партнером компании NSP на сайте **http://nsp25.com/** При регистрации укажите:

- Номер спонсора - **1007815**
- Номер сервисного центра, на котором Вы планируете получать вознаграждение (депонироваться)*
- Дальше необходимо перейти к анкете и ввести там свои контактные данные

После заполнения анкеты на Вашу почту придет комплект необходимой информации (маркетинг план в электронном виде, список сервисных центров компании) в электронном виде. После получения партнерского соглашения и присвоения Вам соответственного номера ID, Вы должны совершить покупку продукции на 30 PV до конца месяца, следующего за месяцем подписания. Только после этого его партнерское соглашение будет считаться действительным.

- Приобрести продукцию компании Вы можете как в любом сервисном центре, так и с помощью сайтов**:**

  http://natronline.ru/ (Россия) и

  http://nsp.com.ua/ (Украина).

- * Если Вам эти данные неизвестны – свяжитесь со мной polubenko@list.ru