

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

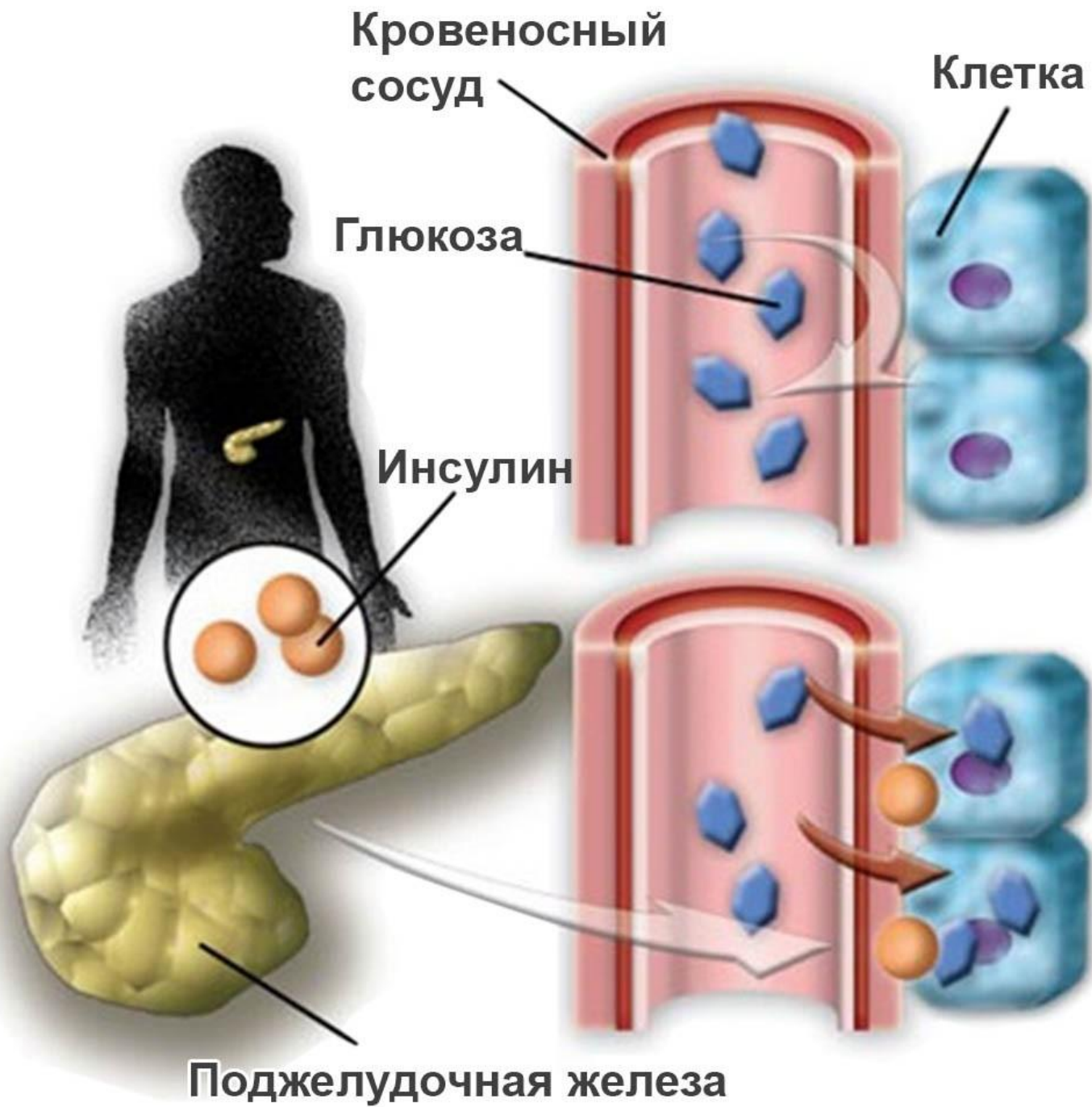


План:

- Сахарный диабет;
- Симптомы;
- Типы диабета;
- Аппараты для измерения сахара;
- Как распознать сахарный диабет;
- Диагностика сахарного диабета;

Сахарный диабет

Сахарный диабет - это заболевание эндокринной системы, которое характеризуется недостаточным уровнем в организме гормона поджелудочной железы - инсулина и развивающимися на фоне этого нарушениями углеводного, белкового и жирового обмена. Нарушение углеводного обмена влечет за собой значительное повышение содержания сахара в крови.



Симптомы

● Увеличение количества потребляемой жидкости



● Возрастает количество мочи, с которым выводится сахар



● Общая усталость организма, сниженная работоспособность и сопротивляемость организма инфекциям





Частое мочеиспускание



Нарушение зрения



Потеря веса



Постоянная жажда



Сухость во рту



Утомляемость

ТИПЫ ДИАБЕТА

- I тип – инсулинозависимый.

В этом случае вырабатывается мало инсулина или он не вырабатывается вообще. В возникновении этой формы диабета при генетической к нему предрасположенности, большую роль играют вирусные инфекции, факторы окружающей среды, погрешности питания.

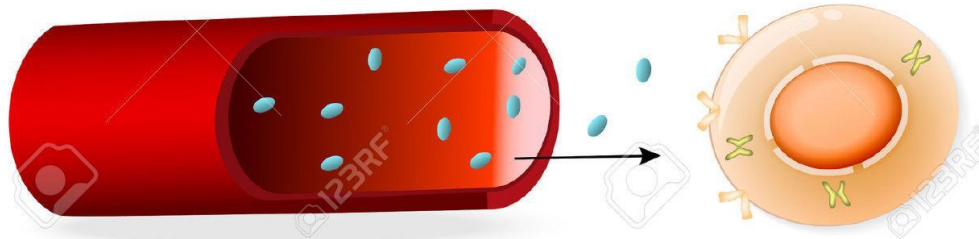


- II тип - инсулинонезависимый. Поджелудочная железа продолжает вырабатывать инсулин, однако организм слабо реагирует на влияние гормона, что приводит к относительному дефициту инсулина.

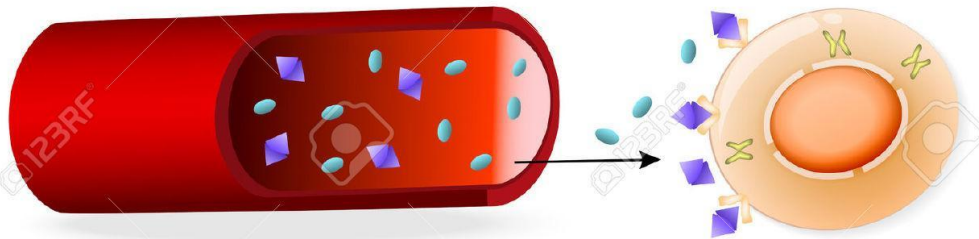


TYPES OF DIABETES

Type I diabetes



Type II diabetes



● Glucose

✕ Glut-4

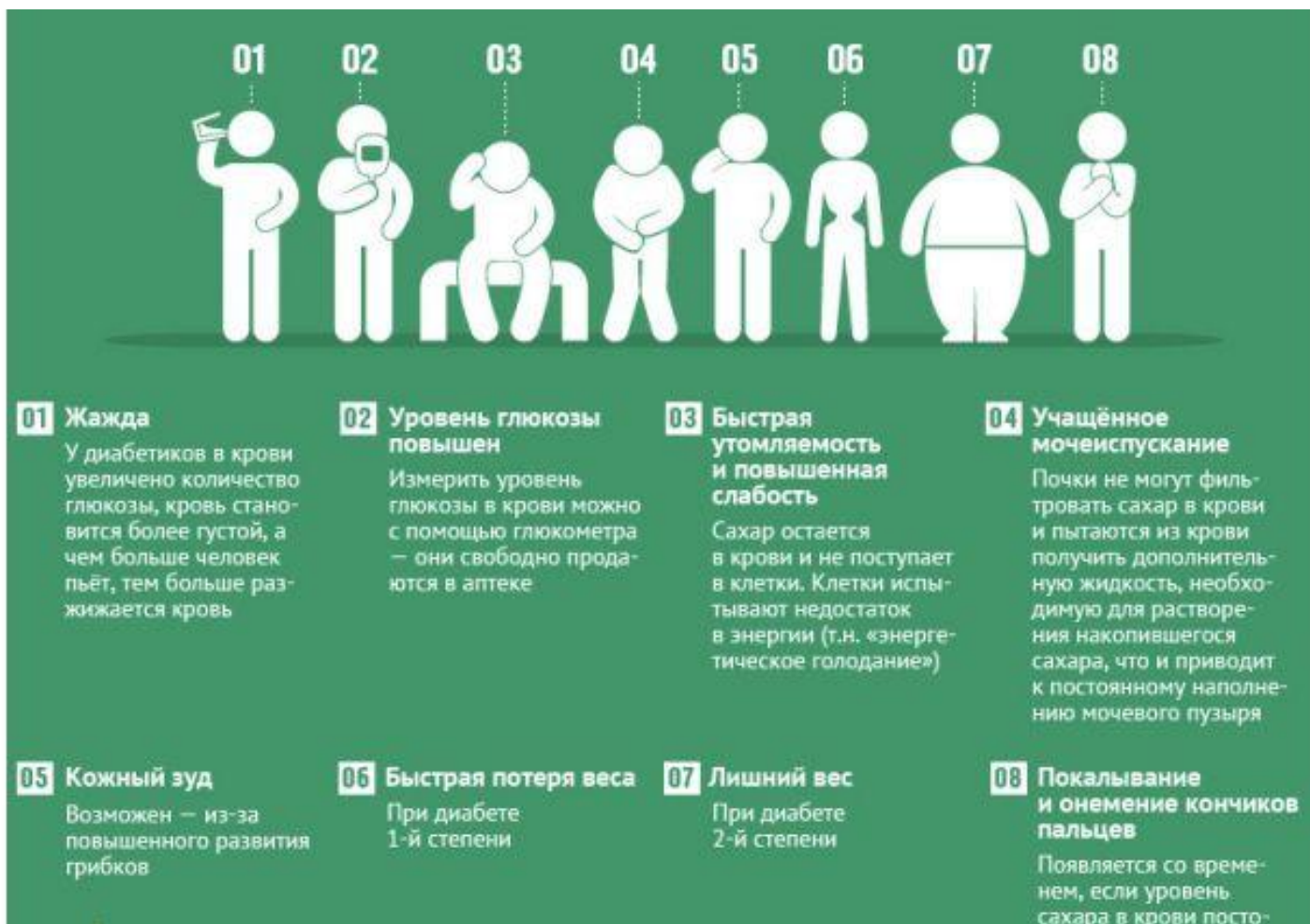
◆ Insulin

∩ Insulin receptor

Аппарат для измерения уровня содержания сахара в крови.



Как распознать первые признаки диабета



The infographic features a row of eight white stick figures on a green background, each with a number above it (01 to 08) connected by a dotted line. The figures illustrate various symptoms: 01 (drinking water), 02 (checking a glucometer), 03 (sitting on a bench), 04 (holding a glass), 05 (pointing to a skin rash), 06 (a thin figure), 07 (an obese figure), and 08 (rubbing hands).

01 Жажда
У диабетиков в крови увеличено количество глюкозы, кровь становится более густой, а чем больше человек пьёт, тем больше разжижается кровь

02 Уровень глюкозы повышен
Измерить уровень глюкозы в крови можно с помощью глюкометра — они свободно продаются в аптеке

03 Быстрая утомляемость и повышенная слабость
Сахар остается в крови и не поступает в клетки. Клетки испытывают недостаток в энергии (т.н. «энергетическое голодание»)

04 Учащённое мочеиспускание
Почки не могут фильтровать сахар в крови и пытаются из крови получить дополнительную жидкость, необходимую для растворения накопившегося сахара, что и приводит к постоянному наполнению мочевого пузыря

05 Кожный зуд
Возможен — из-за повышенного развития грибков

06 Быстрая потеря веса
При диабете 1-й степени

07 Лишний вес
При диабете 2-й степени

08 Покальвание и онемение кончиков пальцев
Появляется со временем, если уровень сахара в крови посто-

КАК МОЖНО ЗАБОЛЕТЬ ДИАБЕТОМ

Наследственность

Ожирение

Заболевания
поджелудочной

Вирусные инфекции



Диагностика сахарного диабета

Диагноз диабета ставится на основе анализа крови на содержание сахара (гликемия).

Если у пациента есть симптомы, типичные для сахарного диабета (жажда, сильное мочевыделение, чувство голода или похудание), достаточно исследования крови на сахар. Если его уровень повышен, это сахарный диабет.



Препараты для лечения сахарного диабета



Комплексное лечение диабета включает:



- ✚ Исключать сладкое, мучное, спиртное, жареное и острые блюда, майонез;
- ✚ Употребляют хлеб грубого помола;
- ✚ Снижение калорийности пищи;
- ✚ Дробное 5-6-разовое питание;
- ✚ Ежедневное употребление нежирных сортов мяса и рыбы;

Диета при 2-м типе диабета



Завтрак:

Яйца – 2 шт., сварены вкрутую

Отварное мясо с тушеными кабачками

Кофе или чай с молоком

Сливочное масло (10 г) и 2 кусочка ржаного хлеба



Обед:

Суп-рассольник рыбный или мясной
бульон с фрикадельками

Нежирное отварное мясо с тушеной
капустой

Компот из свежих яблок или желе



Ужин:

Голубцы с мясом или треска в маринаде

Чай или настой ромашки

- Диабет с каждым годом проявляется у 6% людей во всем мире;
- Каждые 10 лет количество больных диабетом удваивается;
- Нормальный уровень сахара в крови утром – это от 70 до 110 мг/д (3.3 – 5.5. моль/л), а после приема пищи – от 120 до 140мг/д;
- В древние времена врачи проводили диагностику диабета, пробуя мочу на вкус, и если она была сладковатой, это считалось симптомом заболевания;
- Первое упоминание о диабете, датируется 1500 лет до н.э., и было найдено в древнем египетском папирусе;
- Диабетом могут болеть животные, к примеру – коты.



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**