

# САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

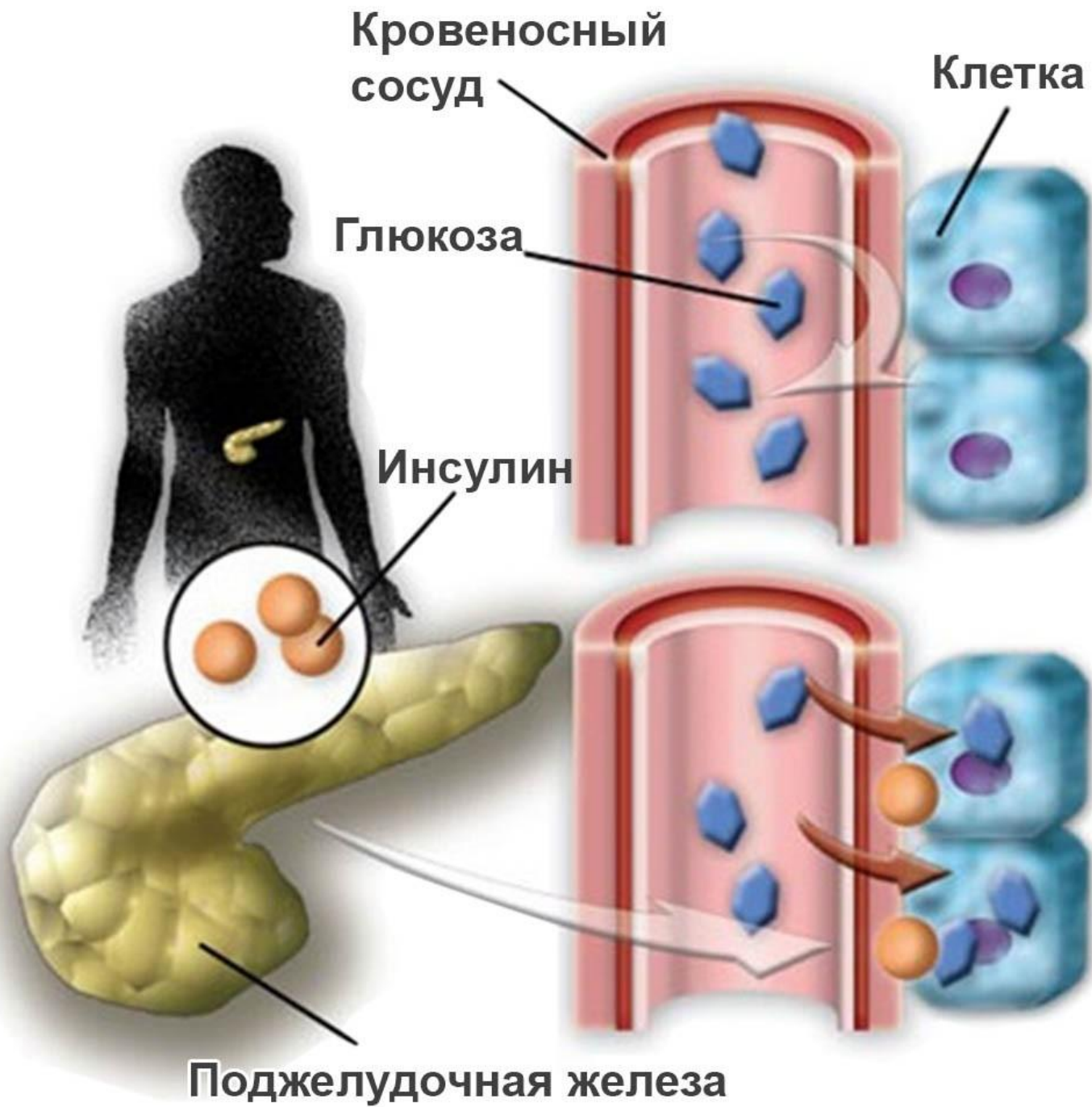


# План:

- 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.



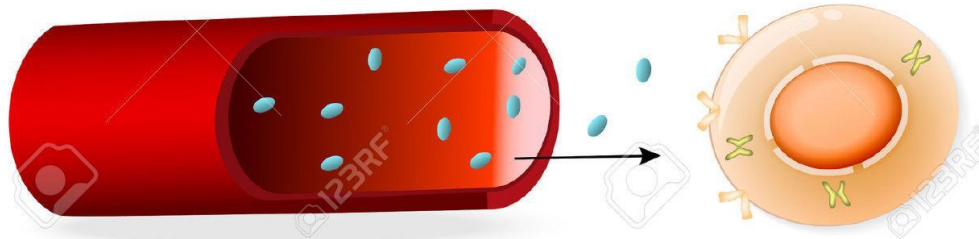
- II тип - инсулинонезависимый. Поджелудочная железа продолжает вырабатывать инсулин, однако организм слабо реагирует на влияние гормона, что приводит к относительному дефициту инсулина.



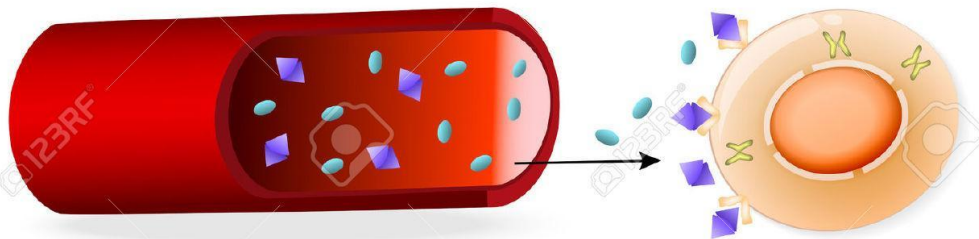


# TYPES OF DIABETES

## Type I diabetes



## Type II diabetes



● Glucose

✕ Glut-4

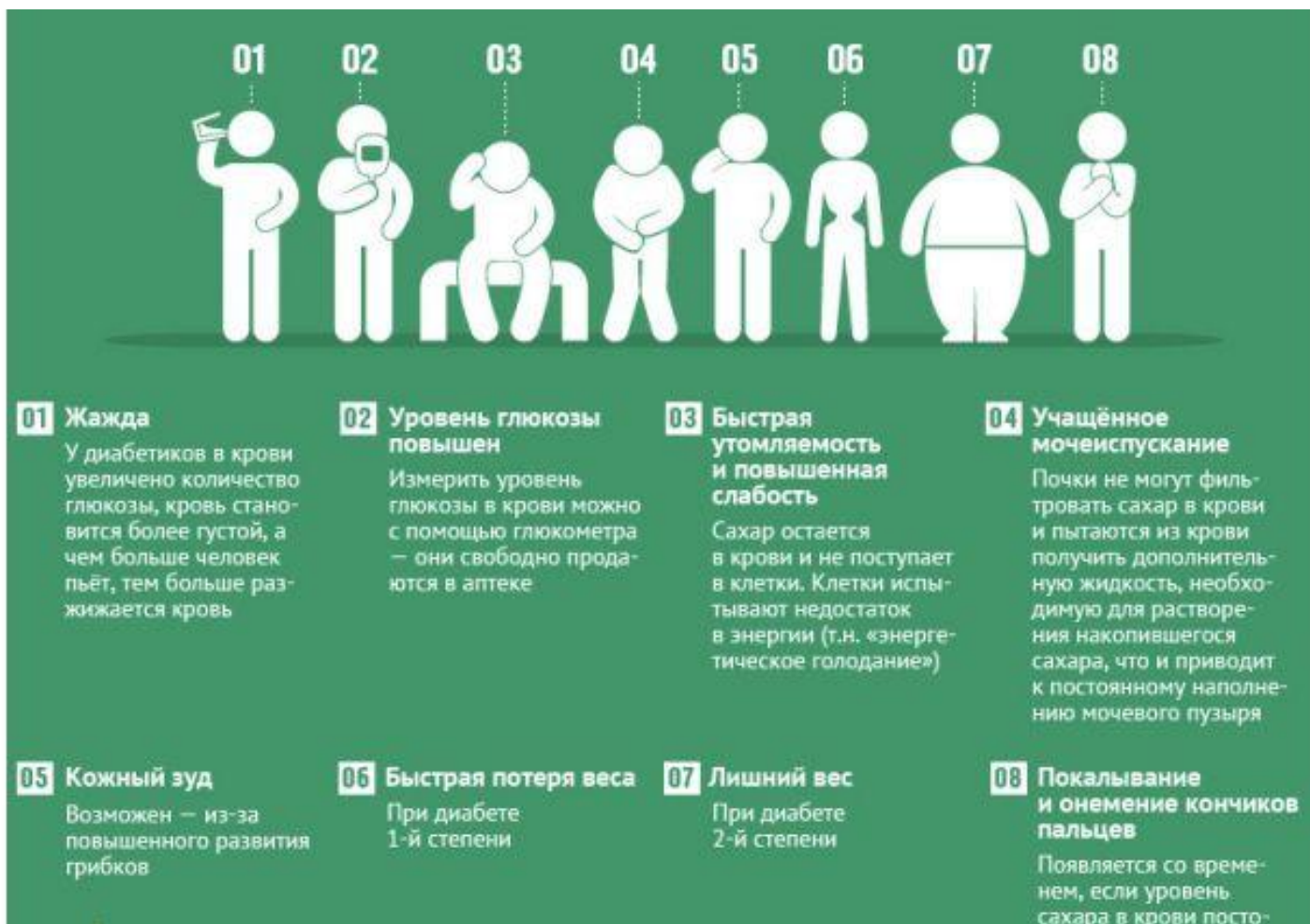
◆ Insulin

⌋ 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!**