



Сахарный диабет, видимо, существует столько, сколько существует человечество. Однако только 150 лет назад это заболевание стало изучаться с научной точки зрения. В результате этих исследований был открыт инсулин. С 20-х годов XX века инсулин начали использовать в виде лекарственного средства, а с середины 50-х годов стали широко применять пероральные сахароснижающие препараты в лечении сахарного диабета. В настоящее время также созданы достаточно надежные и доступные для пациентов средства контроля и самоконтроля содержания сахара в крови и моче. Это значительно оптимизировало лечение диабета и снизило риск развития острых осложнений. Однако при всех успехах в диагностике и лечении сахарного диабета острота проблемы в наступившем XXI веке не уменьшается, а наоборот, возрастает. По данным Всемирной организации здравоохранения, в 2001 году в мире насчитывалось более 150 млн. человек, страдающих этим недугом. А к 2010 году эта цифра возрасла до 230 млн.

Какие существуют формы сахарного диабета? Сахарный диабет может быть первого или второго типа, есть еще и «несахарный диабет», но об этом позже. Сахарный диабет 2 типа встречается в 9 раз чаще чем 1 типе. Сахарный диабет 1 типа (инсулинзависимый) или диабет молодых (поскольку им обычно заболевают дети и подростки) - это аутоиммунное заболевание, при котором поражаются бета-клетки

поджелудочной железы, в результате чего они перестают вырабатывать инсулин - вещество, ответственное за переработку и утилизацию поступающей в организм глюкозы.

Сахарный диабет 1 типа - это генетически обусловленное заболевание, но данный генетический дефект срабатывает под воздействием внешних факторов: вирусных инфекций, стрессовые ситуации, отравление токсическими веществами (в том числе алкоголем). Сахарный диабет 1 типа также может развиваться после перенесенного панкреатита, при фиброзе поджелудочной железы или когда из-за опухоли поджелудочной железы удаляют одну часть.

Сахарный диабет 2 типа (инсулинзависимый) - это также генетически наследуемое заболевание, на которое влияют неблагоприятные факторы внешней среды и нарушения образа жизни: мало движения, стрессы, избыток легкоусвояемых углеводов в пище.

Что происходит в организме при развитии сахарного диабета второго типа? Инсулин вырабатывается поначалу в норме, затем клетки «мишени» перестают воспринимать собственный инсулин. В результате глюкоза не перерабатывается и увеличивается в крови. Тем самым оказывая повреждающее действие на органы ткани, в первую очередь на капилляры сетчатки глаз и почки, а также сосуды нижних конечностей и нервную систему.

СИМПТОМЫ.

Симптомы проявления сахарного диабета 1 и 2 типа во многом схожи: это жажда, полиурия (учащенное мочеиспускание в том числе ночью), слабость. Однако если для диабета 1 типа характерно молниеносное развитие болезни, при сахарном¹ диабете 2 типа симптомы нарастают медленно, обычно годами, и больные долго не обращают на них внимания. Быстрое и резкое снижение массы тела в течение нескольких недель, реже месяцев также характерно лишь для сахарного диабета 1 типа - при 2 типе вес поначалу может оставаться неизменным или даже увеличиваться, но с течением лет он все равно будет потихоньку снижаться.

Диагностика выявления сахарного диабета 1 и 2 типов на сегодняшний день хорошо

отлажена. Самое первое-определение сахара в крови. Сахар в крови утром натощак должен быть от 3,3 ммоль/л до 6,1 ммоль/л. Затем через 2 часа после приема углеводистой пищи берут кровь из пальца заново. Тогда сахар в крови должен быть 7,8 ммоль/л это считается норма. Диагноз «Сахарный диабет» ставится, если отмечено хотя бы однократное превышение глюкозы в любое время дня независимо от приема пищи более 11,1 ммоль/л, и при этом сахар крови натощак больше 6,1 ммоль/л.

ЧЕМ ОПАСЕН САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?

Если это диабет 1 типа и его не лечить, то этого человека ждет тяжелое последствие. При диабете 2 типа человек без лечения может жить годами, все это будет компенсироваться - но в результате однажды все это может привести к крайнему выражению декомпенсации. И у него в любом случае возникнут осложнения, в первую очередь микрососудистые (ретинопатия сетчатки глаз, нефропатия - поражение клубочков почек, поражение нервных окончаний) и макрососудистые - это атеросклероз, который затем приводит к инсультам и инфарктам, причем последние при диабете второго типа нередко тяжелые. Атеросклероз сосудов нижних конечностей при диабете второго типа часто приводит к появлению незаживающих язв. Любые ранки при диабете заживают плохо, и часто присоединившаяся инфекция становится причиной флегмоны, гангрены, остеомиелита пальцев ног.

КАК ЛЕЧИТЬ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?

При сахарном диабете 1 типа лечение, помимо специальной диеты, обязательно включает в себя ежедневные инъекции инсулина. Инсулин назначается только врачом - эндокринологом.

А при сахарном диабете 2 типа больным назначается сахароснижающие таблетки. При лечении сахарного диабета 2 типа большую роль играет соблюдение низкоуглеродистой диеты и режима питания. Умеренная физическая нагрузка и нормализовать вес. Важно также следить, чтобы артериальное давление не превышало 130/80, и очень важно контролировать липидный обмен и общий холестерин. Навсегда отказаться от вредных

привычек (курение и алкоголь).

При лечении сахарного диабета 2 типа помогает не только сахароснижающие препараты и диета, но и лечение голодом.

В клинике лечебного голодания в г.Шымкенте ежегодно лечатся более 100 больных сахарным диабетом 2 типа. Это значит около 10% всех заболеваний составляет сахарный диабет. Лечение голодом очень хорошо снижает сахар в крови. Снижается избыточный вес, нормализуется артериальное давление. У кого есть сахарный диабет 2 типа, у них имеется масса и других болезней, это - хронический панкреатит, хр. холецистит,

Желче каменная болезнь, ожирение, артериальная гипертония. Путем голодания и очищения в организме улучшается углеводный обмен, снижаются липиды и холестерин в крови. Тем самым улучшается состояние и здоровье пациента

Абсаматова Щ.