

Сахарный диабет – это хроническое эндокринологическое заболевание, характеризующееся повышенным содержанием сахара (глюкозы) в крови.

Глюкоза – основной источник энергии для нашего организма. В составе пищи обязательно должны присутствовать углеводы. Попадая в пищеварительную систему, сложные углеводы расщепляются до глюкозы, которая кровотоком разносится по всему организму. За процесс вывода глюкозы из крови и усвоение её мышечной тканью (или отложение в виде гликогена в жировой ткани) отвечает гормон инсулин. В случае если эти обменные процессы нарушаются, глюкоза накапливается в крови, вызывая сахарный диабет.

Концентрация глюкозы в крови зависит от многих факторов. После еды содержание глюкозы увеличивается. Также повышенная концентрация может наблюдаться при стрессах или даже после умеренных физических нагрузок. Поэтому для диагностики сахарного диабета необходима определенная статистика наблюдений. Уровень глюкозы измеряется натощак. В норме он должен составлять в капиллярной крови (кровь из пальца) – 3,3 – 5,5 ммоль/л, а в венозной 4,0 – 6,1 ммоль/л. Если в течение недели при измерении уровня сахара натощак показатель не будет опускаться ниже 6,3 ммоль/л, то необходимо обратиться к [врачу-эндокринологу](#).

Типы диабета

Врачи выделяют два основных типа диабета.

Диабет 1-го типа – это инсулинозависимый сахарный диабет (ИЗСД). Заболевание связано с нарушением функции поджелудочной железы. Именно поджелудочная железа вырабатывает инсулин. При значительном (более 90%), разрушении клеток, отвечающих за его производство, количество инсулина в крови падает, углеводный обмен нарушается. Глюкоза, по-прежнему попадая в кровь, не может быть усвоена организмом. При этом клетки мышечной ткани испытывают дефицит глюкозы. В результате человек, заболевший диабетом 1-го типа, достаточно быстро худеет. Диабет 1-го типа чаще проявляется у лиц моложе 30 лет.

Диабет 2-го типа – инсулиннезависимый сахарный диабет (ИНСД). Этот тип заболевания обусловлен потерей тканями чувствительности к инсулину. При диабете 2-го типа содержание инсулина в крови может быть любым – нормальным, пониженным или повышенным. Но клетки перестают на него реагировать, и концентрация глюкозы в крови растет. Как правило, заболевание развивается на фоне ожирения. Диабетом 2-го типа страдают чаще всего люди возрасте более 30 лет.

Существуют и другие, более редко встречающиеся типы диабета.

Осложнения сахарного диабета

Сахарный диабет приводит к снижению иммунитета. В результате больной чаще страдает различными заболеваниями, процесс выздоровления затягивается, болезни чаще становятся хроническими. Хуже идёт заживление различных ран (порезов, ссадин). Страдает нервная ткань, сосуды. Стимулируется развитие атеросклероза, поражаются сосуды глаз, почек, нарушается кровоснабжение кожи. Совокупность нарушений различных систем приводит к комплексу осложнений, получившему название [синдром диабетической стопы](#). Стопа в силу своего периферийного положения оказывается наиболее уязвимой – вызванные диабетом патологические изменения могут привести здесь к воспалительным процессам, возникновению язв, некрозу тканей. В запущенных случаях может потребоваться ампутация.

Опасными являются острые осложнения, например, **кетоацидоз** – накопление в крови продуктов промежуточного метаболизма жиров (ацетона). Кетоацидоз характерен для диабета 1-го типа.



Причины сахарного диабета

Среди факторов, способствующих возникновению **сахарного диабета 1-го типа**, обычно выделяют:

- наследственность. При диагностировании сахарного диабета 1-го типа у обоих родителей, вероятность заболевания составляет 30%;
- вирусные инфекции, вызывающие поражение поджелудочной железы ([краснуха](#), [эпидемический паротит](#), [ветряная оспа](#), гепатит и др.);
- аутоиммунные заболевания.

Основными факторами, повышающими риск развития **сахарного диабета 2-го типа**, являются:

- наследственность. Влияние этого фактора при диабете 2-го типа выше, чем в случае диабета 1-го типа. При наличии диабета 2-го типа у одного из родителей, вероятность заболеть составляет более 40%;
- [ожирение](#), избыточный вес;
- нарушение толерантности к глюкозе (это состояние называется **преддиабет**). При преддиабете регистрируется повышенный уровень глюкозы в крови, при этом другие симптомы диабета отсутствуют;
- возраст. С возрастом вероятность развития заболевания увеличивается;
- сердечно-сосудистые заболевания.

Симптомы сахарного диабета

Основные симптомы диабета 1-го и 2-го типа совпадают, но у каждого типа заболевания - своя специфика.

Комплекс основных симптомов обусловлен повышенным содержанием глюкозы в крови. Однако, если при диабете 1-го типа эти симптомы заметны сразу, то диабет 2-го типа может сначала долго протекать без явно выраженных симптомов:

Повышенное выделение мочи

Жажда

Повышенный аппетит

Потеря веса

Повышенная утомляемость

Ухудшение зрения

Зуд половых органов

Фурункулез

Методы диагностики сахарного диабета

При появлении подозрений на диабет обязательно следует обратиться к врачу-эндокринологу. АО "Семейный доктор" предлагает воспользоваться лабораторным

профилем "Оценка риска развития сахарного диабета", который включает в себя необходимые все необходимые анализы. На основании полученных данных врач сможет оценить состояние Вашего организма и дать необходимые рекомендации.

Диагностика диабета проводится на основании лабораторных исследований, прежде всего, оценки уровня содержания глюкозы в крови.

Измерение уровня сахара в крови
Анализ на гликированный гемоглобин
Биохимический анализ крови
Анализ крови на С-пептид
Общий анализ крови

Диагностика и лечение сахарного диабета

Сегодня сахарный диабет уже не является заболеванием, при котором нельзя нормально жить, работать, заниматься спортом и т. д. Современная медицина обладает необходимым инструментарием для того, чтобы сделать жизнь больного сахарным диабетом ничем не отличающейся от жизни здоровых людей. Однако для этого необходимо своевременно выявить заболевание, постоянно следить за уровнем сахара в крови и соблюдать все назначения лечащего врача.

Лечение при сахарном диабете направлено на достижение компенсации. Компенсация сахарного диабета – это поддержание уровня глюкозы в крови в пределах диапазона нормальных значений. Подобное состояние позволяет нормализовать углеводородный обмен, а также улучшить показатели жирового, белкового и водно-соляного обмена.

Лечение сахарного диабета является комплексным и включает в себя специальную диету, применение лекарственных средств, физическую нагрузку в необходимом объеме и консультация специалиста.

