

ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА У ДЕТЕЙ



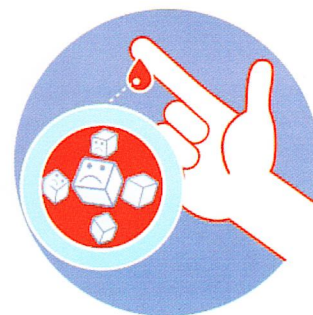
Казань
2024

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ – это заболевание обмена веществ, при котором в крови повышается содержание сахара (глюкозы) из-за того, что в организме не хватает инсулина.

КАК НАЧИНАЕТСЯ ЗАБОЛЕВАНИЕ? Ребёнок вдруг начинает очень много пить, резко учащается мочеиспускание. Жажда не утоляется даже после целой бутылки минеральной воды, напитка или сока. Иногда в школе он не может дождаться перемены и отпрашивается с урока в туалет. Несмотря на нормальный или даже повышенный аппетит, за короткое время ребёнок заметно худеет. Затем появляются слабость, утомляемость, усталость от обычного времяпрепровождения и игр, хочется больше отдыхать. Когда семья впервые обращается к врачу и делают первый анализ, оказывается, что в крови повышен уровень сахара. Иногда первым сигналом становится обнаружение сахара в обычном общем анализе мочи. После получения таких результатов анализов ребёнка госпитализируют.

СОДЕРЖАНИЕ САХАРА В КРОВИ

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТА	Капиллярная кровь, ммоль/л	Венозная кровь, ммоль/л
НОРМА		
Натощак	<5,6	<6,1
Через 2 часа после еды	<7,8	<7,8
ПРЕДИАБЕТ (НАРУШЕНИЯ ГЛИКЕМИИ НАТОЩАК/ НАРУШЕНИЕ ТОЛЕРАНТНОСТИ К ГЛЮКОЗЕ)		
Натощак	≥ 5,6 <6,1	≥ 6,1 <7,0
Через 2 часа после еды	≥ 7,8 <11,1	≥ 7,8 <11,0
САХАРНЫЙ ДИАБЕТ		
Натощак	≥ 6,1	≥ 7,0
Через 2 часа после еды	≥ 11,1	≥ 11,1



Главная причина повышения уровня сахара в крови у больных сахарным диабетом – это пониженная продукция инсулина. Инсулин – это гормон, который вырабатывается в поджелудочной железе и, поступая в кровь, снижает уровень сахара. Основными источниками поступления сахара в организм являются различные кондитерские изделия и сладкие газированные напитки. С пищей сахар поступает сначала в желудок, затем в кишечник, где он превращается в глюкозу, а затем поступает в кровь. Сахар, или глюкоза, необходим организму человека для того, чтобы в клетках, из которых состоит весь человеческий организм, выработалась энергия. Эта энергия нужна для всех функций организма – дыхания, пищеварения, движения и многих других. Если представить каждую клетку в виде запертого дома, то роль ключа, который открывает дверь в клетку, будет играть именно инсулин. В открытую инсулином клетку начинает поступать из крови глюкоза, которая превращается в энергию, и содержание сахара в крови снижается.

У больных сахарным диабетом из-за недостатка инсулина глюкоза не может попасть в клетки и превратиться в энергию. Содержание её в крови повышается всё больше, а клетки организма «голодают», им не из чего вырабатывать энергию, необходимую для жизнедеятельности организма.

Если вовремя не начать лечение, то из-за повышенного распада жира повышаются кетоны в крови, и они появляются в моче. Развивается состояние, которое носит название «диабетический кетоацидоз». Чувствуется специфический запах изо рта, который похож на запах мочёных яблок. Изменения самочувствия, которые характерны для кетоацидоза, очень похожи на симптомы пищевого отравления, в первую очередь потому, что действуют кетоновые тела как отравляющее вещество. Появляются сильная слабость, утомляемость, тошнота, боли в животе, иногда и рвота.

Развитие сахарного диабета связано с недостатком в организме инсулина. И единственным средством лечения на сегодняшний день во всём мире пока является подкожное введение этого гормона.

СИМПТОМЫ ДИАБЕТА

При обнаружении повышенного сахара в крови, наличия сахара в моче **НЕОБХОДИМА ГОСПИТАЛИЗАЦИЯ**, потому что, скорее всего, это сахарный диабет 1 типа. Если вовремя не начать лечение, состояние будет прогрессивно ухудшаться.

Если у Вашего ребёнка или у Вас отмечаются эти симптомы:



САМОКОНТРОЛЬ

САМОКОНТРОЛЬ является одним из важнейших условий успешного лечения сахарного диабета. Регулярный и грамотный самоконтроль позволяет поддерживать нормальный или близкий к нормальному (целевой) уровень сахара в крови. Это является самым надёжным средством предупреждения развития диабетических осложнений!

Так что же это такое – самоконтроль?

- Проведение регулярных измерений содержания сахара в крови. Умение анализировать полученные результаты и принимать необходимые меры.
- Соблюдение диеты, режима питания и физической активности.
- Умение самостоятельно менять дозу инсулина в зависимости от уровня сахара в крови и меняющихся условий дня.



ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ДИАБЕТА



СОБЛЮДЕНИЕ ДИЕТЫ



САМОКОНТРОЛЬ



ИНСУЛИНОТЕРАПИЯ



МЕДИЦИНСКИЕ
ОБСЛЕДОВАНИЯ



ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ



ПОДДЕРЖАНИЕ
НОРМАЛЬНОГО ВЕСА

Использованы бесплатные изображения с сайта [freepik.com](https://www.freepik.com), [pngwing.com](https://www.pngwing.com)

Адрес ГАУЗ «РЦОЗиМП»: 420021, г. Казань, ул. С. Садыковой, д. 16. тел.: (843) 278-96-11. e-mail: rcmp.rt@tatar.ru

www.rcmp.tatarstan.ru vk.com/rcozimprt t.me/rcozimprt ok.ru/group/61833883549814

© Фолиант, 2024. Тираж 5 000. Отпечатано в ООО «Фолиант», г. Казань, ул. Восстания, 100, корп. 6130