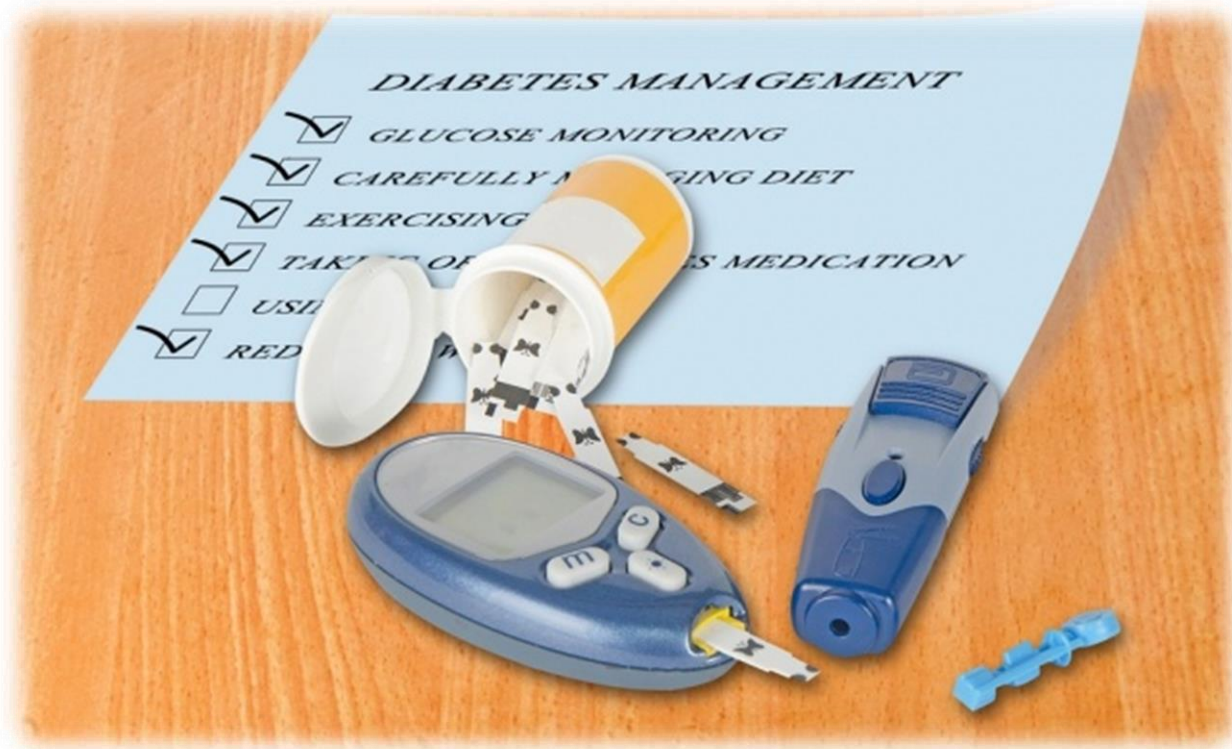


КАК РАСПОЗНАТЬ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ:



14 ноября – Всемирный день борьбы с сахарным диабетом. Как заподозрить у себя или своих близких сахарный диабет и как провериться на наличие этого заболевания – об этом наш материал.

Неутолимая жажда

Если вы вдруг стали просыпаться ночью от сухости во рту и вам хочется пить, днем вы также испытываете повышенную жажду, есть смысл проверить уровень сахара в крови. Часто неутолимая жажда становится первым признаком диабета.

Частые походы в туалет

Повышенная жажда сопровождается повышенным мочеиспусканием. Глюкоза выводится почками, одновременно «вытягивая» за собой и воду. Моча у таких больных сладкая; пробовать ее не надо, но если вы стали много пить и часто бегаєте в туалет – срочно проверьте кровь на сахар.

Повышенный аппетит

Хороший аппетит также может быть признаком диабета. При этом голод может быть неутолимый. Он вызван глюкозным голоданием, так как при сахарном диабете уровень глюкозы в крови повышен, но клетки не имеют возможности ее утилизировать.

Потеря веса

Похудение вплоть до истощения на фоне хорошего аппетита – еще один признак диабета. Если человек испытывает голод, много и часто ест, но при этом худеет, необходимо срочно сдать анализы на сахарный диабет.

Зуд кожи и слизистых

Кожный зуд и зуд слизистых может стать первым признаком диабета. Если у вас постоянно или периодически чешется кожа, появились расчесы, повысилась нервозность, необходимо обратиться к врачу и проверить кровь на сахар.

Диабет беременных

Беременность может спровоцировать гестационный диабет. Большой риск у женщин с избыточной массой тела, при поздней беременности, при излишне большом наборе веса во время беременности. Согласно планам наблюдения за беременными, все женщины, наблюдающиеся у гинеколога, периодически сдают кровь на сахар.

Плохое заживление ран

Медленное заживление ран у диабетиков обусловлено патологией сосудов. Повышенный уровень глюкозы в крови негативно влияет на эндотелий. Повреждение сосудов обуславливает плохое кровоснабжение органов и тканей, в том числе в месте ран и ссадин.

Помутнение зрения

Иногда первым признаком сахарного диабета является нарушение зрения. Появление пелены перед глазами, неясность зрения – повод срочно посетить офтальмолога и сдать анализы на наличие сахарного диабета.

Избыточный вес

В подавляющем большинстве случаев сахарный диабет 2 типа выявляется у людей с избыточной массой тела. Если ваш ИМТ превышает 25, а возраст больше 40 лет, вам необходимо проверять сахар крови раз в год.

Отягощенная наследственность

Сахарный диабет имеет генетическую предрасположенность. Так, если болен один из родителей, риск заболеть диабетом 1 типа составляет 10%, 2 типа – 80%. Поэтому при наличии сахарного диабета в семье кровь на сахар нужно сдавать регулярно.

Если вы заметили у себя один или два из вышеперечисленных симптомов нужно обратиться к врачу эндокринологу, участковому терапевту, врачу общей практики поликлиники ГБУЗ Республики Мордовия "Рузаевская МБ", расположенной по адресу: г. Рузаевка, ул. Академика Филатова, д. 22 а.

Вам необходимо сдать следующие анализы:

Анализ крови на сахар:

Самый простой способ выявить сахарный диабет – сдать анализ на содержание глюкозы в крови. Анализ сдается натощак (не менее 8 часов после последнего приема пищи), при этом уровень не должен превышать 5,5 ммоль/л. При значениях 5,5 – 6,1 ммоль/л анализ необходимо повторить. При значении более 6,1 ммоль/л назначается глюкозотолерантный тест, анализ на гликозилированный гемоглобин и анализ мочи на сахар.

Глюкозотолерантный тест:

Даже если уровень сахара в крови натощак не повышен, ткани уже могут терять чувствительность к инсулину – это так называемый предиабет. Чтобы выявить его, необходимо провести глюкозотолерантный тест – анализ крови на сахар после того, как пациент выпьет стакан теплой воды с разведенной в ней глюкозой. Содержание глюкозы в крови через 2 часа не должно превышать 7,8 ммоль/л. Кровь на анализ берется каждые полчаса и составляется график толерантности к глюкозе.

Гликозилированный гемоглобин:

Гемоглобин крови способен необратимо связываться с глюкозой. Соответственно, чем больше глюкозы в крови, тем больше гемоглобина будет связано с ней. Если уровень связанного с глюкозой гемоглобина превышает значение 5,9%, можно говорить о повышенном содержании глюкозы в крови, что в комплексе с результатами других анализов позволяет поставить диагноз «сахарный диабет».

Анализ мочи:

Сахар в моче появляется тогда, когда уровень глюкозы в крови превышает 10 ммоль/л, что уже довольно большая величина. Кроме того, в моче проверяется содержание ацетона. Появление в моче ацетона – неблагоприятный признак, свидетельствующий о распаде белка. Это значит, что организм не может получать энергию из углеводов и вынужден расщеплять белки.

Эндокринологическое отделение ГБУЗ Республики Мордовия «Республиканская клиническая больница №4» оказывает специализированную медицинскую помощь (плановую и экстренную госпитализацию), функционирует «Школа диабета».

✓ АДРЕС

ул. Ульянова, 32
г. Саранск, 430032
Республика Мордовия
Россия

✓ ИНТЕРНЕТ

Сайт: www.rkb4.ru
E-mail: office@mail.rkb4.ru

✓ ТЕЛЕФОНЫ

Справочная
(регистратура): 8 (8342) 334288