

Коварная болезнь

> Сахарный диабет перестал быть только медицинской проблемой



КОллаж > ОЛЬГА ГАВРИЛОВА

НА ПРОТЯЖЕНИИ последних десятилетий заболеваемость сахарным диабетом неуклонно возрастает, и в настоящее время число таких пациентов в мире составляет более 250 миллионов человек.

Опасность этой тяжелой болезни не только в том, что она приобрела масштабы эпидемии. Дело в том, что сахарный диабет сегодня занимает третье место среди непосредственных причин смерти после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний.

Основу роста заболеваемости сахарным диабетом составляет улучшение качества жизни людей. Для большинства стран, особенно развивающихся, это является результатом быстрых культурных и социальных изменений, снижения физической активности, увеличения в пищевом рационе количества рафинированных продуктов, обедненных клетчаткой.

Опасность сахарного диабета еще и в том, что на ранних стадиях – это бессимптомное заболевание, больной просто не знает и не чувствует, что у него повышен уровень сахара в крови. Многие пациенты да и медицинские работники до сих пор исследуют уровень сахара в крови только натощак, совершенно не обращая внимания на уровень сахара в крови после еды. При таком обследовании выявить сахарный диабет на ранних стадиях просто невозможно. Поэтому в момент постановки диагноза, из-за поздней диагностики, большинство больных уже имеют серьезные осложнения сахарного диабета. Это снижение зрения, инфаркт миокарда или инсульт, различные виды нарушений чувствительности на нижних конечностях.

Риск развития ИБС и острого инфаркта миокарда при сахарном диабете, особенно второго типа,

увеличивается в два раза, патологии почек – в 17 раз, гангрены нижних конечностей – в 20 раз. Ампутация нижних конечностей у больных, страдающих сахарным диабетом, производится в десятки раз чаще, чем у лиц, не страдающих сахарным диабетом.

Сахарный диабет давно перестал быть только медицинской проблемой, он является одной из ведущих медико-социальных и экономических проблем современности. Затраты на лечение таких больных составляют значительную часть средств, выделяемых на здравоохранение, и закономерно увеличиваются по мере прогрессирования осложнений.

В Магнитогорске в настоящее время зарегистрировано более восьми тысяч больных сахарным диабетом, что составляет 1,9 процента от всего населения города. Большая часть всех пациентов, а именно 92 процента – это больные с сахарным диабетом типа 2, т.е. диабетом, который возникает уже в зрелом возрасте, обычно после 40 лет.

Сахарный диабет – хроническое и пока пожизненное заболевание, при котором происходит нарушение обмена углеводов (сахаров), что проявляется постоянно повышенной концентрацией глюкозы крови, и чем она выше, тем хуже для больного, тем тяжелее клинические проявления и осложнения.

Каковы признаки сахарного диабета и что ощущает человек при повышении сахара в крови?

Это частое мочеиспускание, жажда, употребление большого количества жидкости, особенно после обильного приема пищи. Кроме того, возникает слабость,

снижение работоспособности, может быть похудание, кожный зуд, плохое заживление ран, а у женщин – молочница. Но если при сахарном диабете, развившемся в молодом возрасте, или, как его называют – диабете 1 типа, эти проявления возникают за короткий промежуток времени (это может быть 2, 3, 4 недели) и достаточно ярко выражены, то при диабете зрелого возраста они развиваются очень медленно, постепенно. И вот эта скрытость клинических проявлений не

Человек после 45 лет должен исследовать уровень сахара в крови хотя бы каждые два года

позволяет человеку чувствовать себя больным и вовремя обратиться за медицинской помощью. В этом заключается опасность данного заболевания. Масштабные контрольно-эпидемиологические исследования показали, что на одного выявленного больного диабетом приходится двое не выявленных, поэтому истинная заболеваемость гораздо выше, и если использовать такие подсчеты, то больных диабетом в нашем городе более 20 тысяч человек.

Если вы заметили у себя какой-либо из перечисленных симптомов, нужно обязательно сдать кровь на сахар. Нормальные показатели уровня сахара в крови натощак – до 5,5 ммоль/л. Превышение указанной нормы свидетельствует о нарушениях в углеводном обмене и требует консультации эндокринолога.

Факторы риска сахарного диабета:

Риск развития сахарного диабета типа 2 у вас выше, чем у всех остальных:

если вы старше 45 лет;

если у вас есть избыток веса, особенно если большинство этого избытка веса размещается вокруг вашей талии;

если ваши родители или родные братья и сестры имеют сахарный диабет типа 2;

если у вас снижена общая физическая активность;

если у вас был гестационный сахарный диабет или вес вашего ребенка при рождении превышал четыре килограмма;

если ваше артериальное давление 140/90 или выше;

если вы – женщина с синдромом поликистозных яичников.

Это неполный перечень факторов риска заболеть сахарным диабетом. Чем больше факторов риска из приведенного списка вы имеете, тем выше шанс, что у вас разовьется сахарный диабет типа 2. Если у вас есть какие-либо из перечисленных факторов риска, обратитесь к своему лечащему врачу для своевременной диагностики. Во многих случаях сахарный диабет типа 2 может быть предупрежден либо его прогрессирование ослаблено путем внесения исправлений в стиль жизни. Именно поэтому так важно проходить тесты на сахарный диабет, если есть хоть какие-либо факторы риска.

Человек после 45 лет должен исследовать уровень сахара в крови хотя бы каждые два года. Необходимо регулярно проверять этот показатель и в более молодом возрасте и делать это еще чаще при наличии факторов риска развития диабета.

ЕЛЕНА СМОЛИНА,
заведующая отделением эндокринологии городской больницы № 1

> АКЦИЯ

Наше здоровье в наших руках

УПРАВЛЕНИЕ здравоохранения города и ОАО «ММК» совместно с компанией «Новонордиск» проводит акцию по обследованию жителей города с целью раннего выявления сахарного диабета (бесплатно).

Внимание! Исследования проводятся натощак. Места и время проведения акции: 18 октября с 9.00 до 15.00 по адресу: ул. Набережная, д. 18, поликлиника № 2; 19 и 20 октября с 9.00 до 15.00 по адресу: ул. Советская, д. 219, поликлиника № 1; 21 октября с 9.00 до 15.00 по адресу: село Агаповка, ул. Пионерская, 54, центральная районная больница.

Акция проводится при поддержке администрации города Магнитогорска и ОАО «ММК».

> БЛАГОУСТРОЙСТВО Заморозки торопят

НА ТЕРРИТОРИИ СКВЕРА, примыкающего к МаГУ, началась реконструкция. Идет демонтаж старых пешеходных дорожек и строительство входной группы сквера.

Генеральным подрядчиком выступает областной штаб стройотрядов. Финансирование реконструкции сквера возле МаГУ осуществляется паритетно – из средств местного и областного бюджетов. В этом году строительные работы на сумму 14 миллионов рублей охватят территорию сквера от улицы Сталеваров до общежития МаГУ № 3. До наступления заморозков планируется завершить бетонные работы.

В проекте обновленного сквера сохранена Аллея учительской славы, предполагается создание Аллеи славы университета и открытой творческой площадки для дипломных работ студентов факультета изобразительного искусства и дизайна: они будут создавать здесь скульптурные группы и малые архитектурные формы. По словам ректора МаГУ Владимира Семенова, сквер станет полигоном для самовыражения творческих личностей вуза.

> КНИГА ПАМЯТИ Со времен Ивана Грозного

ЗАВЕРШЕНА РАБОТА над очередной Книгой памяти жертв политических репрессий города Магнитогорска и прилегающих сельских районов: Агаповский, Брединский, Варненский, Верхнеуральский, Кизильский, Карталинский, Нагайбакский, Чесменский.

Около пяти тысяч фамилий осужденных по 58-й статье УК РСФСР, раскулаченных, трудармейцев, жен и детей врагов народа, сотни фотографий, документов и воспоминания очевидцев государственного беззакония в 30–50-е годы XX века. В Книге памяти вы найдете страницы истории политических репрессий в России со времен Ивана Грозного и до конца XX века. О жизни политзаключенных, жителях спецпоселков, куда сгоняли семьи раскулаченных, о женских политических лагерях, где содержались жены, сестры и дочери врагов народа, – обо всем вы можете прочитать в очередной Книге памяти. Обращение к документам, которые до последнего времени были под грифом «совершенно секретно» – и это вы найдете в настоящей Книге памяти. Презентация Книги памяти состоится 29 октября в здании библиотеки по улице Советской Армии в 11.00. Стоимость книги 300 рублей.

Пишите: центр сбора информации: 455019, г. Магнитогорск, улица Энтузиастов, 29А.

Звоните: 8(3519)28-58-84; 8-9030903275;

E-mail: repressii-mag@mail.ru;

р/сч. 40817810707460018265;

к/сч. 30101810400000000711;

Магнитогорский филиал ОАО «ЧЕЛИНД-БАНК»;

БИК 047501711.

Объявление

В августе в Магнитогорске состоялось открытие Аллеи любви (возле ТЦ «Домашний очаг», пр. Ленина, 156 А), где была установлена уникальная книга «Золотых супружеских пар».

Благотворительный фонд «Любимый город» продолжает принимать информацию о парах, находящихся в браке 50 лет и более, для внесения их имен в книгу-монумент.

Дополнительная информация по телефону 8-950-749-73-33 (Вера).

> В Магнитогорске зарегистрировано более восьми тысяч больных сахарным диабетом