

Добавляет
ценность диагнозу



ЭКСПЕРТ В ЛАБОРАТОРНОЙ
ДИАГНОСТИКЕ

БОЛЕЗНЬ ЦИВИЛИЗАЦИИ: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

В.В. Галицкая, руководитель эндокринологического направления лабораторной диагностики медицинской лаборатории «Синзэво»

Сахарный диабет – это заболевание, которое, по данным Европейской ассоциации по изучению сахарного диабета (EASD), можно отнести к неинфекционной пандемии. За последние 3 года еще 86 млн людей пополнили ряды больных сахарным диабетом.

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ. СТАТИСТИКА

- Сегодня в мире 371 млн больных диабетом.
- К 2025 г. количество пациентов с сахарным диабетом увеличится до 552 млн.
- У 90% больных имеет место сахарный диабет 2 типа, который в последнее время стал все в больших масштабах регистрироваться среди детей и подростков.
- Более 80% случаев сахарного диабета 2 типа можно предотвратить, изменив образ жизни.
- На сегодняшний день частота всех форм сахарного диабета в разных странах мира составляет 6-7%, гестационный сахарный диабет встречается у 4-6% беременных.

Официально зарегистрированное количество больных сахарным диабетом в Украине составляет 1 303 157 (2,67% населения), что может свидетельствовать о неэффективной диагностике нарушений углеводного обмена.



Эксперты ВОЗ указывают на возможное количество больных сахарным диабетом в Украине в пределах 8 млн и включают нашу страну в число 20 государств с наибольшей численностью заболевших. Это значит, что приблизительно 6,5 млн жителей Украины даже не подозревают о своем заболевании.

Сахарный диабет – это хроническое заболевание, развивающееся в тех случаях, когда поджелудочная железа не вырабатывает достаточно инсулина или когда организм не может эффективно использовать вырабатываемый им инсулин. Инсулин – это гормон, регулирующий уровень сахара в крови. Результатом неконтролируемого диабета является повышение сахара в крови (гипергликемия), которое приводит к серьезному повреждению многих систем организма, особенно нервов и кровеносных сосудов.

Для **сахарного диабета 1 типа** (ранее известного как инсулинзависимый) характерна недостаточная выработка инсулина, поэтому необходимо его ежедневное введение. Причина этого

типа диабета неизвестна. В настоящее время его нельзя предотвратить.

Первые признаки сахарного диабета 1 типа:

- чрезмерное мочеотделение (полиурия);
- жажда (полидипсия);
- постоянное чувство голода (полифагия);
- потеря веса, изменения зрения и усталость.

Сахарный диабет 2 типа (ранее именуемый инсулиннезависимым) развивается в результате неэффективного использования инсулина организмом. Сахарный диабет 2 типа, которым больны 90% людей с диабетом в мире, в значительной мере является результатом избыточного веса и физической инертности.

Симптомы сахарного диабета 2 типа могут быть сходными с симптомами диабета 1 типа, но часто являются менее выраженными. В результате болезнь может быть диагностирована по прошествии нескольких лет после ее начала, уже после возникновения осложнений.

Длительное бессимптомное течение заболевания является причиной тяжелых осложнений: слепоты, почечной недостаточности, нетравматической ампутации, инфаркта миокарда, инсульта.

Гестационный диабет – это гипергликемия, которая развивается или впервые выявлена во время беременности.

Симптомы гестационного диабета схожи с симптомами сахарного диабета 2 типа. Чаще гестационный диабет диагностируется при проведении ОТТГ с 75 г глюкозы на 24-28-й неделе беременности, а не на основании жалоб.

ПОНИЖЕННАЯ ТОЛЕРАНТНОСТЬ К ГЛЮКОЗЕ И НАРУШЕНИЕ ГЛИКЕМИИ НАТОЩАК

Пониженная толерантность к глюкозе (ПТГ) и нарушение гликемии натощак

(НГН) являются промежуточными состояниями между нормой и диабетом. Люди с ПТГ и НГН подвергаются высокому риску развития сахарного диабета 2 типа, хотя это не является неизбежностью.

Диагностировать заболевание можно путем исследования:

- глюкозы крови (натощак или случайная проба крови); при этом исследование натощак не дает возможности выявить около 30% случаев ранее не диагностированного диабета;
- ОТТГ (нагрузку глюкозой);
- гликозилированного гемоглобина.

Преимущества исследования гликозилированного гемоглобина:

- не требует состояния натощак;
- лучшая стабильность в пробе крови;
- меньшая вариабельность значений в разные дни (не зависит от стрессов, заболеваний).

Критерии диагностики:

- предиабет – HbA_{1c} от 5,7 до 6,4%;
- диабет – $HbA_{1c} \geq 6,5\%$.

Не допустить развития сахарного диабета возможно при соблюдении следующих рекомендаций:

- здоровое питание – овощи, фрукты, молочные продукты, рыба, орехи; следует ограничить сахар, насыщенные и трансжиры (фаст-фуд, кондитерские изделия);
- регулярная физическая активность (150 минут в неделю обеспечивают снижение риска развития сахарного диабета на 27%, с коррекцией рациона – на 57-58%);
- поддержание нормальной массы тела.

Лаборатория «Синэво» предлагает Вам пройти тест на определение уровня гемоглобина (HbA_{1c}) со скидкой 50% для выявления сахарного диабета, предиабета сертифицированным методом. Данное исследование поможет Вам не допустить развития сахарного диабета. **R**

Карточку на скидку Вы можете оформить на сайте: www.test-sahar.com.ua