

Сахарный
диабет



СОГАЗ

Обязательное
медицинское страхование

По данным регистра на 1 января 2019 г. в России на диспансерном учете состояло 4,58 млн человек больных сахарным диабетом (3,1% населения). Однако эти данные недооценивают реальное количество пациентов, поскольку учитывают только выявленные и зарегистрированные случаи заболевания. Так, результаты масштабного российского эпидемиологического исследования (NATION) подтверждают, что по обращаемости в рутинной клинической практике диагностируется лишь 54% сахарного диабета 2-ого типа и у 46% пациентов сахарный диабет выявляется только посредством активного скрининга. Таким образом, реальная численность пациентов с сахарным диабетом в РФ не менее 9 млн человек (около 6% населения).

Преддиабет

Это нарушение углеводного обмена, при котором не достигаются критерии сахарного диабета, но превышены нормальные значения глюкозы крови (включает любое из нарушений: нарушенную гликемию натощак и нарушенную толерантность к глюкозе).

Сахарный диабет бывает 2-х типов:

1 тип инсулинозависимый

В организме вырабатывается недостаточное количество инсулина, поэтому требуется его дополнительное введение. Диабет 1 типа чаще встречается у молодых людей.

2 тип инсулинонезависимый

Сахарный диабет 2-ого типа чаще развивается у лиц старше 40 лет с избыточной массой тела или ожирением (особенно абдоминальным его типом), но может развиваться и в более молодом возрасте, и у лиц с нормальной массой тела. Особенностью заболевания является длительное бессимптомное течение. Выявление чаще всего происходит либо случайно, либо в ходе диспансерного обследования пациентов с заболеваниями, часто сочетающимися с сахарным диабетом 2-ого типа: ожирение, ишемическая болезнь сердца (ИБС), артериальная гипертензия (АГ), подагра, поликистоз яичников. При отсутствии скрининга установление диагноза может отдалиться на 7 - 9 лет от начала заболевания.

Без лечения сахарный диабет прогрессирует и приводит к тяжелым последствиям — сердечно-сосудистым осложнениям (инфаркту миокарда и мозговому инсульту), снижению зрения (вплоть до слепоты), почечной недостаточности, поражению нервной системы. Сахарный диабет может стать причиной гангрены и ампутации конечностей.

Проверьте уровень глюкозы в крови, если:

- У Вас избыточная масса тела и, особенно - абдоминальное ожирение (окружность талии > или = 102 см у мужчин и 88 см у женщин).
- Ваши ближайшие родственники (мать, отец, брат, сестра) больны сахарным диабетом.
- У Вас низкий уровень физической активности.
- Ваш ребенок при рождении весил более 4 кг.
- Во время беременности у Вас был высокий уровень глюкозы в крови.
- У Вас артериальная гипертония (артериальное давление > или = 140/90 мм рт.ст.).
- У Вас низкий уровень «хорошего» холестерина (ЛВП менее 0,9 ммоль/л) и высокий уровень триглицеридов (2,82 ммоль/л) в крови.

9 основных симптомов диабета:

1. Постоянная жажда и сухость во рту.
2. Частое мочеиспускание.
3. Повышенная утомляемость, слабость.
4. Снижение веса.
5. Иногда повышенный аппетит.
6. Ухудшение зрения.
7. Снижение эрекции у мужчин.
8. Вагинальные инфекции у женщин.
9. Воспалительные процессы, расчесы на коже, плохо заживающие раны и ссадины.

Если у вас диагностировали преддиабет или сахарный диабет, то вам необходимо:

- Регулярно контролировать уровень глюкозы в крови, в том числе самостоятельно с помощью глюкометра.
- Снизить калорийность питания, существенно ограничить потребление сахара и жиров.
- Увеличить физическую активность.
- Снизить массу тела (не менее 5% от исходной).
- Регулярно принимать лекарства, рекомендованные вашим врачом.

Контакты АО «Страховая компания «СОГАЗ-Мед»: