

Сахарный диабет



Сахарный диабет относится к группе эндокринных заболеваний. Патология развивается при нарушении выработки или действия на ткани инсулина — гормона островкового аппарата поджелудочной железы, способствующего усвоению глюкозы. Сахар может накапливаться в крови (гипергликемия) и в моче (гликозурия).

Длительное нарушение утилизации глюкозы приводит к расстройству всех видов обмена. Патология островкового аппарата часто протекает с разными по степени выраженности нарушениями со стороны других органов и систем. Характерны поражения мелких сосудов, сетчатки, почек, нервной системы.

Обычно сахарный диабет имеет довольно выраженные отклонения обмена и легко диагностируется. Сложнее выявить заболевание в начальной и доклинической стадии, когда жалобы пациента минимальны или отсутствуют. Для этого требуется проведение углубленного целенаправленного исследования. Выявление заболевания на ранних этапах является важным условием эффективного лечения и предупреждения осложнений.

Основные симптомы сахарного диабета

Для данного заболевания характерен ряд жалоб и объективных признаков, выявляемых лабораторно-диагностическими тестами. Первые проявления сахарного диабета довольно разнообразны. К отдельным признакам или группе симптомов, которые могут свидетельствовать о заболевании, относятся:

- специфические расстройства обмена — изменение массы тела, жажда, повышенное мочеиспускание, постоянное чувство голода;
- общие неспецифические жалобы — упадок сил, утомляемость при незначительных нагрузках, сонливость, мышечная слабость;
- сухость кожи, зуд в области половых органов, вокруг ануса;
- часто рецидивирующие фурункулы, вялое заживление ран;

- мучительная сухость во рту, ощущение набухания слизистой ротовой полости;
- плохое состояние зубов, несоответствующее возрасту;
- невриты с нарушением периферической чувствительности;
- изменение половой, репродуктивной функций — утрата влечения, бесплодие, рождение крупных младенцев;
- поражение органов зрения;
- жалобы со стороны сердечно-сосудистой системы.

Часто симптомы не вызывают у пациента беспокойства, и он не считает нужным обратиться к врачу. Иногда какие-либо проявления болезни отсутствуют, и гипергликемия обнаруживается только при плановом обследовании.

Наиболее характерными для патологии островкового аппарата являются жалобы со стороны обмена веществ:

- Полиурия (учащенное мочеиспускание). При гипоинсулинизме выделение мочи происходит часто и в большом количестве. Ее суточные объемы превышают 3 литра. Преобладает дневное мочеиспускание, без болезненных ощущений.
- Полидипсия (жажда). Повышенная жажда обусловлена обезвоживанием. Количество выпиваемой жидкости превышает 3 литра. Нередко больные предпочитают подслащенные напитки для утоления жажды.
- Изменение веса. Снижение массы тела обусловлено потерей жидкости, белков, жиров, углеводов. Избыточный вес может предшествовать болезни или способствовать ее развитию.
- Полифагия (повышенный аппетит). Предпочтение отдается сладкой пище, богатой углеводами. В начальной стадии заболевания голод чаще проявляется в форме болезненных приступов.

При обнаружении у себя патологических признаков следует обратиться в больницу для диабетиков или диагностический центр для целенаправленного обследования.

При подозрении на данное заболевание врач направляет пациента на сдачу анализов, определяющих уровень следующих показателей:

- Уровень содержания сахара в крови;
- Уровень содержания сахара в моче и ряд других показателей.

Факторы, влияющие на развитие сахарного диабета

В механизмах развития сахарного диабета выделяют два ключевых момента, на основании которых заболевание делится на типы:

1. Низкая выработка инсулина внутрисекреторными клетками поджелудочной железы.
2. Нарушение способности гормона действовать на организм, невосприимчивость клеток к инсулину.

В случае недостаточной продукции инсулина развивается диабет 1 типа. В его основе лежит прогрессирующее разрушение островков Лангерганса (внутрисекреторных клеток поджелудочной железы). Это происходит вследствие аутоиммунных процессов в организме — вырабатываются антитела к инсулину, структурам секреторных клеток, ферментам.

Провоцирующими факторами развития аутоиммунных нарушений могут служить:

- вирусные инфекции;
- нарушение питания во время беременности, при вскармливании;
- неблагоприятная экологическая обстановка;
- действие стрессов.

Диабет 1 типа чаще диагностируется у лиц молодого возраста. Первые проявления патологии возникают, когда гибель внутрисекреторных клеток достигает более 80%. Болезнь протекает с высоким риском осложнений, значительно страдают все виды обмена.

Диабет 2 типа возникает при невосприимчивости рецепторов тканей к действию инсулина. При этом гормон воспроизводится в нормальном или незначительно сниженном количестве. Механизм таких нарушений связан с изначально неполноценной структурой инсулина (наследственная предрасположенность) или приобретенных изменений, в результате которых нарушается передача сигнала от рецепторов к внутренним структурам клетки.

Провоцировать развитие заболевания 2 типа могут:

- неправильный пищевой рацион, переедание;
- малоподвижный образ жизни;
- гипертоническая болезнь;
- злоупотребление алкоголем;
- возрастные изменения;
- ожирение;
- неконтролируемый прием медикаментов.

Простые меры по поддержанию здорового образа жизни оказываются эффективными для профилактики или отсрочивания диабета второго типа. Чтобы способствовать предупреждению диабета второго типа и его осложнений необходимо следующее:

- поддерживать оптимальный вес тела;
- быть физически активным (ежедневные физические упражнения снижают степень риска заболевания сахарным диабетом);
- придерживаться здорового питания и уменьшать потребление углеводов (сахара и др.) и насыщенных жиров;
- воздерживаться от употребления табака;
- ежемесячно контролировать уровень глюкозы крови;
- соблюдать рекомендации врача.

30 минут упражнений пять раз в неделю плюс здоровая диета могут снизить риск заболевания диабетом на 58%

При первых признаках заболевания необходимо незамедлительно обратиться к врачу.