Автор: admin
17.09.2014 16:59 -

Сахарный диабет: жизнь в особых обстоятельствах?

Для начала – случай из практики Скорой помощи, один из многих. Человек лет тридцати вел себя крайне неадекватно, был буен, агрессивен и краснолиц. По лицу его струился обильный пот.

Дело происходило в крупном продовольственном магазине. Охрана изловила нарушителя общественного порядка, отвела в сторонку и усадила на стульчик для дальнейшего разбирательства, однако в процессе оживленной беседы бузотер как-то притих, закатил глаза и потерял сознание.

В те времена, а дело было лет двенадцать назад, у бригад еще не было глюкометра, сиречь приборчика для измерения содержания сахара в крови. Вся надежда была на профессионализм и опыт врача.

Этому больному с нами повезло. После введения глюкозы в вену он пришел в себя, рассказал, что уже давно болеет сахарным диабетом и обычно таких проколов не допускает. Но вот случилось, что инсулин себе уколол, а позавтракать не успел.

Так выглядит гипогликемия – состояние, при котором резко падает содержание сахара в крови. Очень часто таких страдальцев подбирает милиция, иногда их принимают за алкоголиков и оставляют лежать на улице.

Поэтому, граждане, если уж вам случается пройти мимо лежащего в луже собственного пота якобы асоциального элемента – не берите грех на душу, вызовите скорую. Возможно, вы спасете жизнь.

Нормальный уровень сахара в крови – одно из базовых условий существования человека как биологического объекта. И при отклонении его в ту или иную сторону организм испытывает очень серьезные трудности.

Понятно, что на поддержание такого показателя в норме работает целая внутренняя биохимическая лаборатория – не буду расписывать формулы, поверьте на слово.

Однако случается, что по разным причинам стабильная и надежная система дает сбой. Развивается серьезное нарушение обмена веществ, называемое сахарным диабетом. Уровень глюкозы в крови повышается.

Поначалу организм пытается просто развести водой излишний сахар, поэтому один из первых признаков, позволяющих заподозрить неладное – мучительная, почти постоянная сильная жажда. На этом этапе человек просто обязан озаботиться своим состоянием и обратиться за помощью. Именно так, директивно. Обязан.

Больных сахарным диабетом очень много, и становится все больше с каждым годом. Причин для этого тьма. Дело в том, что существует несколько **разновидностей сахарного диабета** .

Первый тип – инсулинозависимый, когда специальные клетки поджелудочной железы перестают вырабатывать гормон, называемый инсулином. Такая беда чаще случается в молодом возрасте. В возникновении такого типа сахарного диабета играет роль наследственная предрасположенность, часто – перенесенные в тяжелой форме вирусные инфекции.

Детские эндокринологи хорошо знают, что каждая эпидемия гриппа приносит несколько случаев дебюта сахарного диабета у детей и подростков. Эпидемический паротит, в просторечии – свинка, тоже ежегодно увеличивает число инсулинозависимых больных.

Дорогие родители! Внимательно относитесь к своим отпрыскам! И если вы видите, что дитя слабеет, худеет и пьет воду ведрами – не ждите, что это пройдет само. Срочно тащите ребенка в поликлинику и при необходимости укладывайте в стационар.

Диабет – тяжелое хроническое заболевание. Вылечить его невозможно, а вот

научиться жить в предлагаемых обстоятельствах и минимизировать последствия чаще всего вполне по силам. И ни в коем случае не пытайтесь полечить чадо разными полезными травками – не теряйте время, ни одного человека кома не сделала здоровее или счастливее.

В не слишком давние времена, когда были перебои с поставками инсулина, мы видели много очень тяжелых молодых больных. Двадцатипятилетний юноша погиб от развившейся на фоне почти нелеченого диабета почечной недостаточности. Молодая женщина, страстно мечтавшая о ребенке, наплевала на увещевания врачей и все же забеременела. В итоге она умерла через пару месяцев после родов. Ребенок тоже родился больным и прожил совсем немного.

Мне не хочется никого запугивать. Но очень горько и обидно наблюдать, как люди погибают из-за собственного невежества. Не стесняйтесь обратиться за помощью вовремя!

Сахарный диабет **второго типа** люди обычно наедают себе самостоятельно. Малоподвижный образ жизни, пристрастие к фастфуду, то есть к пище, богатой легкоусвояемыми углеводами и животными жирами, излишний вес, чтобы не сказать ожирение, – все это логично приводит к развитию ситуации, в которой организм не в силах выработать необходимое количество инсулина для утилизации последствий «сладкой жизни». Страдают такой формой диабета обычно крупные представительницы прекрасного пола.

Протекает диабет второго типа, конечно, легче – у таких больных реже случаются диабетические комы, содержание сахара корректируется не ежедневными уколами, а приемом таблеток. Но именно из-за медленного, по видимости не очень тяжелого течения люди сплошь и рядом относятся к болезни абсолютно наплевательски, а часто вообще не имеют понятия, что в их жизни уже присутствует сахарный диабет.

С пугающей скоростью прогрессируют на фоне нелеченого диабета такие интересные вещи, как ишемическая болезнь сердца, атеросклероз сосудов головного мозга, артериальная гипертензия. И лечение этих хворей становится крайне непростым и, если честно, малоэффективным занятием, ибо изменения сосудов имеют практически необратимый характер.

Разумеется, я очень многое упрощаю. Диабетология развивается очень быстро, и в плане подходов к лечению, и в изучении причин развития диабета.

Профилактика сахарного диабета, о которой не устают говорить эндокринологи и терапевты, на самом деле проста и даже, при появлении разумных полезных привычек, приятна. Называется это всего лишь здоровым образом жизни.

Культура питания, исключение из рациона сахара, белого хлеба, тортиков и пирожных; частое употребление овощей и фруктов, по возможности минимально обработанных кулинарно; режим сна и отдыха, разумные и посильные физические нагрузки; отказ от злоупотребления алкоголем – эти нехитрые мероприятия очень существенно снижают риск заболевания сахарным диабетом. Все в ваших руках, дорогие граждане, – ну, по крайней мере, многое.

Говорят, есть на свете страны, в которых сахарный диабет считают не тяжелой неизлечимой болезнью, а просто особенным обстоятельством жизни. Из разряда тех обстоятельств, которые требуют, конечно, внимательного к себе отношения, но отнюдь не ставят крест ни на карьере, ни на любви, ни даже на занятиях профессиональным спортом.

И рутинный подсчет хлебных единиц, контроль содержания глюкозы в крови, коррекция дозы инсулина или других сахароснижающих препаратов и прочие необходимые диабетику процедуры не становятся трагедией, превращающей человека в инвалида, а просто выполняются автоматически, где-то между посещением туалета и чисткой зубов.

Говорят, что при таком подходе к своему здоровью гораздо реже встречаются тяжелые осложнения диабета – такие как гангрена нижних конечностей, поражение печени, сосудистые патологии, проблемы с сетчаткой. И продолжительность жизни страдающих диабетом практически не отличается от средней.

Говорят, что в любой стране можно разумно, спокойно и без паники относиться к своему здоровью. И справляться с проблемами по мере их поступления, на той стадии, когда они еще решаемы без особых потерь.

Сахарный диабет – это не приговор. Это просто условие задачи, которая называется жизнью.

Автор - **Надя Новоселова**
Источник