A 10 mL vial of insulin and a syringe are shown on a light blue background. The vial is on the left, and the syringe is on the right, angled downwards. The vial label includes the word 'INSULIN' and '100 U/mL'. The syringe has a black plunger and a needle.

**14 НОЯБРЯ - ВСЕМИРНЫЙ  
ДЕНЬ БОРЬБЫ С ДИАБЕТОМ**

**«ЗНАТЬ СЕГОДНЯ, ЧТОБЫ  
ЖИТЬ ЗАВТРА!»**

ДИАБЕТ- ЭТО ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, КОТОРОЕ РАЗВИВАЕТСЯ ВСЛЕДСТВИЕ ОТНОСИТЕЛЬНОГО (ДИАБЕТ 2 ТИПА) ИЛИ АБСОЛЮТНОГО (ДИАБЕТ 1 ТИПА) НЕДОСТАТКА ГОРМОНА ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ - ИНСУЛИНА.

Когда организм не может справиться с находящейся в нем глюкозой (сахаром), создается опасный уровень сахара. Со временем этот высокий уровень сахара в крови чересчур сильно перегружает весь организм и в результате повышается риск смертности и инвалидности

# СУЩЕСТВУЕТ ДВА ТИПА ДИАБЕТА: ТИП 1 И ТИП 2.

Причина возникновения диабета **Типа 1**— генетическая предрасположенность, помноженная на стресс или инфекцию.

Человек теряет способность вырабатывать необходимое количество инсулина. У больных таким диабетом эта болезнь развивается в детстве или в молодые годы. При этой болезни человек обречен два раза в день вводить подкожно гормон инсулин на протяжении всей жизни. Поэтому тип 1 известен как инсулинозависимый диабет.

Больные диабетом 1 типа составляют только 6 % от основной массы больных сахарным диабетом.



**Тип 2.** На самом деле этот вид заболевания не является следствием недостатка инсулина. Когда у человека обнаруживают эту болезнь, то исследование крови показывает, что у него находится достаточное количество инсулина в организме. Но что-то блокирует инсулин, не позволяя ему действовать, так как надо.



# СИГНАЛЫ ОРГАНИЗМА ОБ ОПАСНОСТИ ДИАБЕТА

- Сильная жажда.
- Обильное отделение мочи (по 5—8 л в сутки);
- Чрезмерный аппетит.
- Кожный зуд, зуд наружных половых органов,
- Воспаление слизистых оболочек полости рта.



**К сожалению, очень часто люди не обращают сразу внимание на ЭТИ СИМПТОМЫ.**

**Когда диабет прогрессирует, он постоянно разрушает все органы тела.**

**Осложнения при диабете (статистика):**

- 8 из 10 диабетиков имеют проблемы со зрением;
- Диабетики в 18 раз более склонны к заболеваниям почек, а у некоторых почки отказывают совсем;
- Диабет, как правило, содействует развитию атеросклероза – закупорке артерий.
- По этой причине диабетики в 2-4 раза чаще других склонны к инсульту и к сердечным приступам;
- Диабет способствует развитию: импотенции, язвенных заболеваний, различных воспалений.
- Диабетикам грозит ампутация (конечностей).
- У женщин возрастает риск рака груди или шейки матки.

# ОСЛОЖНЕНИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА

Поражение крупных  
кровеносных сосудов:

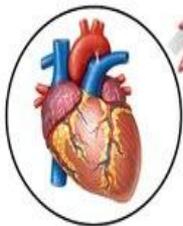
**ГОЛОВНОГО МОЗГА**

инсульт



**СЕРДЦА**

ишемическая  
болезнь,  
инфаркт миокарда



**НОГ**

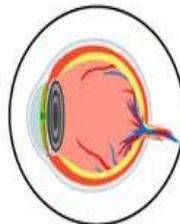
гангрена  
и ампутация



Поражение мелких  
кровеносных сосудов:

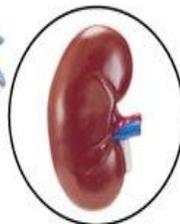
**ГЛАЗ**

диабетическая  
ретинопатия, потеря зрения



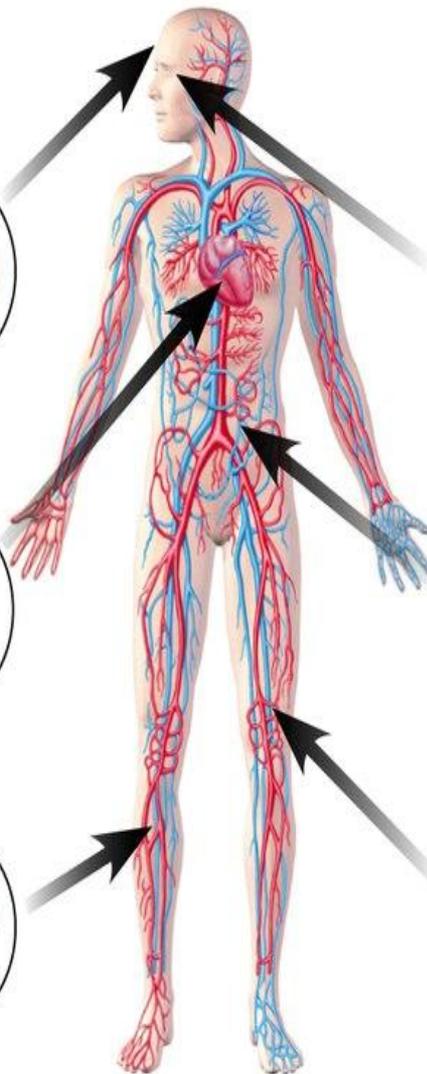
**ПОЧЕК**

диабетическая нефропатия,  
необходимость гемодиализа



**НЕРВОВ**

диабетическая  
нейропатия



**Вывод:** наследственность не является доминирующей в развитии диабета 2 –го типа.

Главным фактором выступает нездоровый образ жизни.



# ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ДИАБЕТА 2-ГО ТИПА:

## 1.Наличие большого количества жиров в рационе питания.

Чем больше жира употребляет человек, тем сложнее инсулину доставлять глюкозу в клетки. Диабет очень редко встречается в тех частях мира, где употребление жиров низко и излишний вес встречается нечасто.



## 2. Малоактивный образ жизни и как следствие, избыточный вес.

Много калорий и мало движения вот основные факторы, способствующие заболеванию диабетом 2-го типа.

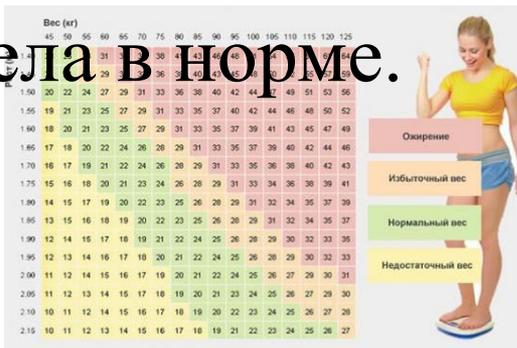


*Поддержание нормального уровня сахара в крови является, возможно, наилучшим способом оградить себя от осложнений при диабете.*

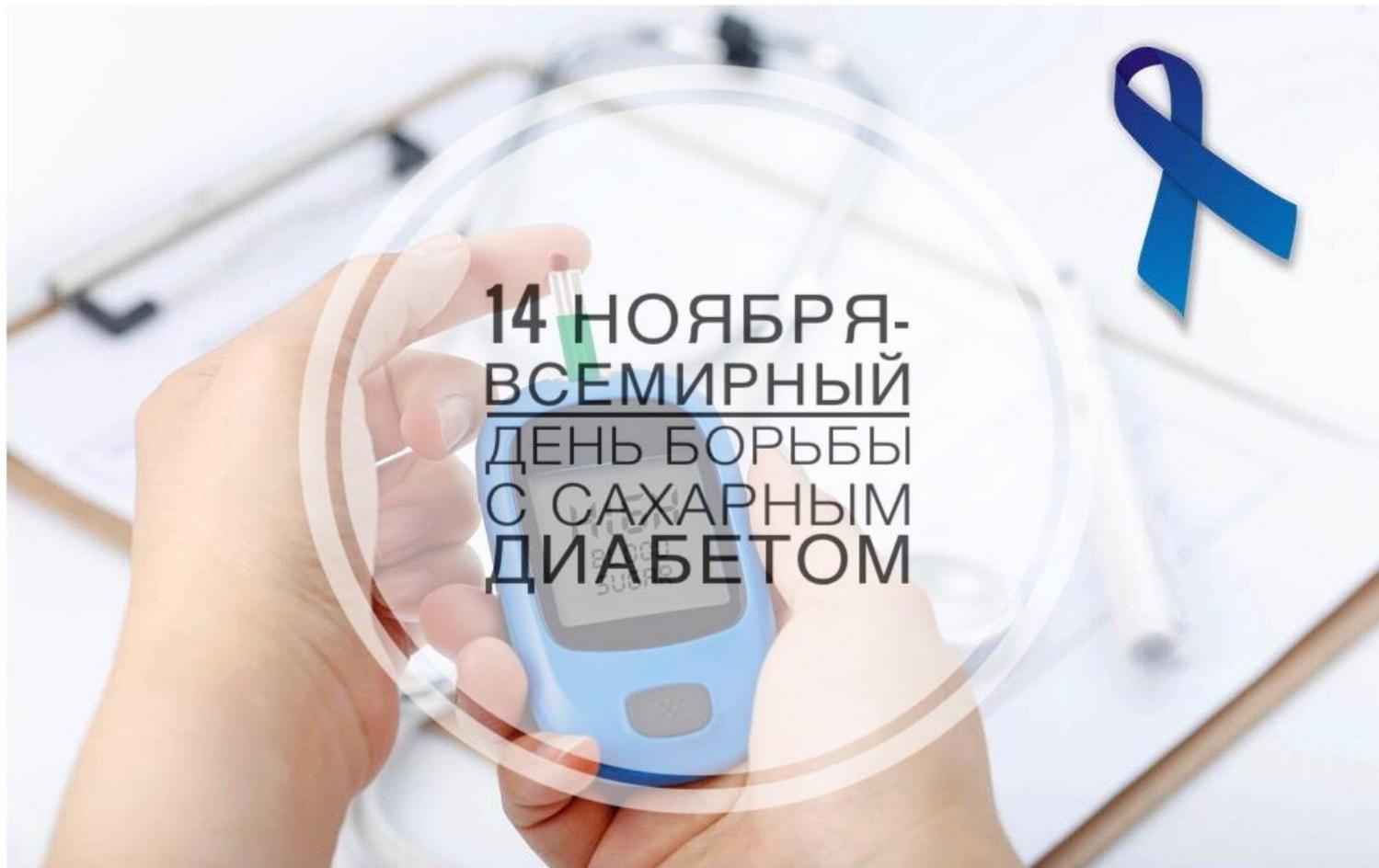


# РЕЗУЛЬТАТ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ: УСТАНОВЛЕНЫ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ, СВЯЗАННЫЕ СО СНИЖЕНИЕМ РИСКА ДИАБЕТА ВТОРОГО ТИПА:

- физическая активность;
- рациональное питание;
- отсутствие курение;
- отсутствие употребления алкоголя;
- масса тела в норме.



«ВЛАДЕЕШЬ ИНФОРМАЦИЕЙ -  
ВЛАДЕЕШЬ СИТУАЦИЕЙ»



**14 НОЯБРЯ -  
ВСЕМИРНЫЙ  
ДЕНЬ БОРЬБЫ  
С САХАРНЫМ  
ДИАБЕТОМ**