## 14 ноября отмечается Всемирный день борьбы с диабетом

С 1991 года 14 ноября - дата Всемирного дня борьбы с диабетом официально закреплена в Международном календаре ООН и была выбрана в честь дня рождения Фредерика Бантинга, открывшего инсулин совместно с Чарльзом Бестом в 1921 году.

Цель Всемирного дня борьбы с диабетом – повысить информированность всех слоев населения о симптомах болезни, о возможных осложнениях и необходимости прохождения диспансеризации и профилактических медицинских осмотров.

Число людей, страдающих диабетом, с 1980 года увеличилось почти в четыре раза. Распространенность этого заболевания растет во всем мире.

Сегодня в мире с диабетом живет 1 из 11 человек. При этом каждый второй заболевший не знает о своем диагнозе. Обычно сами люди не обращают внимания на тревожные сигналы, поэтому очень многое зависит от наблюдательности их близких.

Проявления болезни:

* Ухудшение зрения.
* Постоянная жажда.
* Частое мочеиспускание.
* Чувство голода, которое не проходит даже после приема пищи.
* Онемение в руках и ногах.
* Длительное заживление повреждений на коже, даже небольших.
* Усталость без причины.

Длительное повышение уровня глюкозы в крови приводит к тому, что сахар начинает образовывать биохимические соединения с белками эндотелия сосудов. Из-за этого нарушается кровоснабжение тканей на уровне микроциркуляции – самых мелких капилляров в конечностях, головном мозге, сетчатке глаз, почек.

Термин «сахарный диабет» означает нарушение обмена веществ множественной этиологии, для которого характерна хроническая гипергликемия с нарушениями метаболизма углеводов, жиров и белков в результате нарушений секреции инсулина и/или действия инсулина.

Существует три основных формы диабета: 1 типа, 2 типа и гестационный диабет. Причина диабета 1 типа неизвестна, и лицам с таким диабетом требуется ежедневно вводить инсулин, чтобы выжить. У большинства больных диабетом в мире — диабет 2 типа, который является в значительной мере результатом избыточного веса и отсутствия физической активности. Прежде диабет 2 типа наблюдался только у взрослых, но сегодня он все чаще встречается у детей и молодых людей.

Гестационный диабет является временным нарушением при беременности и чреват долгосрочным риском возникновения диабета 2 типа. При этом содержание сахара в крови превышает норму, но все же ниже показателей, при которых диагностируется диабет.

Все типы диабета могут привести к осложнениям во многих органах и создать повышенный риск преждевременной смерти.

Во многих случаях развитие диабета и связанных с ним осложнений, можно предотвратить за счет здорового питания, регулярной физической активности, поддержания нормальной массы тела и отказа от употребления табака.

По данным Всемирной организации здравоохранения, по уровню смертности от диабета ситуация в России складывается лучше, чем у многих стран мира. Тем не менее, динамика не радует.

По оценке специалистов, за последние 18 лет число больных сахарным диабетом в стране выросло на 2,5 миллиона. Это чуть больше, чем в два раза. При этом каждый пятый житель России имеет либо предиабет, либо ожирение — это приблизительно 30 миллионов человек. Каждый 20-й житель нашей страны уже имеет сахарный диабет второго типа. По данным статистики, ежедневно умирает около 240 больных сахарным диабетом. Ежедневно еще 420 человек пополняют ряды больных этой болезнью. При этом почти половина из них — 46,6% — это пациенты младше 60 лет, то есть люди трудоспособного возраста, что создает еще один аспект проблемы заболевания, как угрозы для национальной безопасности и экономики.

В 2013-2015 годах в стране проводилось общероссийское исследование Nation, в котором население обследовали на предмет наличия сахарного диабета. Причем обследовались лишь те люди, кто не знал, есть у него диабет или нет.

Скрининг на диабет граждан старше 45 лет показал, что почти половина из них даже не знают о том, что они больны.

В качестве основного скринингового теста применяется тест на глюкозу. Поскольку уровень глюкозы в крови меняется в зависимости от приема пищи, также для диагностики выполняют исследование гликированного гемоглобина – биохимического соединения глюкозы с гемоглобином красных клеток крови. Срок жизни эритроцитов – 3 месяца, поэтому повышенный гликированный гемоглобин говорит о том, что состояние гипергликемии является постоянным.

Исследования показывают, что у больных сахарным диабетом второго типа склонность к развитию ишемической болезни сердца и инфаркту миокарда в 2-4 раза выше, чем у их здоровых ровесников. При этом сосудистые осложнения, как правило, уже присутствуют у большинства больных к моменту постановки диагноза. Динамика показывает, что численность больных каждый год будет прирастать.

Предрасположенность к сахарному диабету передается генетически. Риск заболеть выше у тех людей, чьи близкие кровные родственники больны диабетом.

Решающим фактором, определяющим качество жизни больных сахарным диабетом, является раннее выявление заболевания.