

ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О САХАРНОМ ДИАБЕТЕ.

Эшматова Дурдона Гофуровна

Андижанский общественный здравоохранительный техникум по имени Абу Али ибн Сины, преподаватель

Аннотация: В данной статье рассматривается сущность сахарного диабета, причины его возникновения и основные типы. Особое внимание уделено особенностям 1-го, 2-го типов и гестационного диабета, их клиническим признакам и влиянию на здоровье человека. Также приведена информация о ранней диагностике, методах лечения и профилактики заболевания. Подчёркивается важность здорового образа жизни для снижения осложнений сахарного диабета.

Ключевые слова: сахарный диабет, инсулин, гипергликемия, диабет 1 типа, диабет 2 типа, гестационный диабет, здоровый образ жизни, профилактика, эндокринная система, уровень глюкозы в крови.

Сахарный диабет является одним из наиболее распространённых хронических заболеваний в мире. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), число людей с этим заболеванием ежегодно растёт и уже составляет сотни миллионов человек. Сахарный диабет характеризуется нарушением обмена глюкозы в организме, что связано с дефицитом инсулина или снижением чувствительности клеток к нему. Если заболевание своевременно не диагностировать и не контролировать, это может привести к серьёзным осложнениям, таким как сердечно-сосудистые заболевания (инфаркт, инсульт), хроническая почечная недостаточность, повреждение нервной системы (диабетическая нейропатия), ухудшение зрения вплоть до слепоты (диабетическая ретинопатия), а также нарушению работы других органов и систем.

Кроме того, сахарный диабет оказывает значительное влияние на качество жизни человека, увеличивает риск инфекционных заболеваний и требует постоянного контроля уровня глюкозы в крови, соблюдения диеты, физической активности и, при необходимости, медикаментозного лечения или инсулинотерапии.

Виды сахарного диабета:

1. Диабет 1 типа.

При этом типе заболевания иммунная система организма уничтожает клетки поджелудочной железы, которые вырабатывают инсулин. В результате организм полностью теряет способность производить инсулин.

- Чаще встречается у детей и подростков
- Требуются инъекции инсулина

- Может развиваться внезапно

2. Диабет 2 типа.

Это наиболее часто встречающийся тип диабета. При нём организм вырабатывает достаточное количество инсулина, но клетки организма не реагируют на него должным образом (инсулинорезистентность).

- Чаще встречается у взрослых
- Связан с образом жизни и питанием
- Избыточный вес является одним из основных факторов риска

3. Гестационный диабет.

Этот тип развивается во время беременности.

- Обычно исчезает после родов
- Однако увеличивает риск развития диабета 2 типа в будущем
- Может быть опасен как для матери, так и для ребёнка

4. Другие специфические типы.

Редко встречающиеся формы, возникающие из-за генетических нарушений, некоторых лекарств или других заболеваний.

Основные признаки:

Наиболее распространённые признаки сахарного диабета:

- Частое мочеиспускание
- Сильная жажда
- Быстрое чувство голода
- Потеря веса
- Усталость и слабость
- Затуманивание зрения

Лечение и профилактика:

Хотя диабет полностью излечить нельзя, его можно контролировать:

- Правильное питание
- Физическая активность
- Регулярный контроль уровня глюкозы в крови
- Приём медикаментов или инсулина

Сахарный диабет — серьёзное, но контролируемое заболевание. Ранняя диагностика и соблюдение правильного образа жизни помогают предотвратить осложнения. Придерживаться здорового образа жизни важно для каждого человека.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. World Health Organization (WHO). Diabetes. Geneva, 2023.
2. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes, 2024.
3. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 10th edition, 2021.

4. Ибрагимов Ш.Ш. Основы эндокринологии. Ташкент, 2020.
5. Абдуллаев А.А. Внутренние болезни. Ташкент, 2019.
6. Mayo Clinic. Diabetes Overview, 2023.