

Диабет - заболевание эндокринной системы, связанное с нарушением обмена веществ. Поскольку этиология сахарного диабета 1 и 2 типов разная, то будут различаться также профилактика сахарного диабета обоих типов и лечение этих заболеваний.

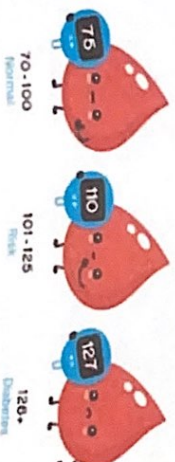
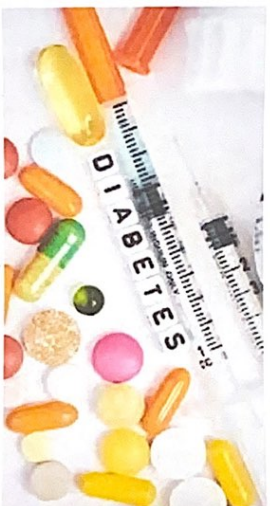
Профилактика сахарного диабета 1 типа

Диабетом 1 типа называют заболевание, при котором бета-клетки поджелудочной железы не секретируют инсулин, необходимый для расщепления глюкозы в крови. Катализировать заболевание может внешний агрессор (инфекция, травма), из-за которого проникают воспалительные ткани поджелудочной железы и гибель β -клеток. Поэтому профилактика диабета первого типа сводится к следующим действиям:

1. Грудное вскармливание.
По данным исследований ВОЗ среди больных сахарным диабетом больше детей, которые с рождения находились на искусственном вскармливании. Грудное вскармливание покрывает значительно усилить иммунитет младенца, а значит защитить его от вирусных и инфекционных заболеваний. Поэтому грудное вскармливание считается лучшей профилактикой диабета 1 типа.
2. Профилактика инфекционных заболеваний.
Для детей группы риска по сахарному диабету 1 типа крайне опасны инфекционные заболевания, поэтому в качестве профилактирующих средств применяют иммуномодуляторы типа интерферона и другие средства укрепления иммунитета.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации
Фармацевтический колледж

Сахарный диабет



Баснина Виктория 211 группа

Профилактика сахарного диабета 2 типа

Среди всех больных диабетом около 90% людей имеют сахарный диабет 2 типа. При этом заболевании инсулин вырабатывается поджелудочной железой, перестает восприниматься организмом и не участвует в расщеплении глюкозы. Причиной такого нарушения обменных процессов могут быть:

- ожирение;
 - недостаточная физическая активность, уютубляющая ожирение;
 - неправильное питание с большим количеством жиров и простых углеводов; · генетическая предрасположенность.
- Профилактика сахарного диабета 2 типа сводится к следующему.

1. Диета, дробное питание до 5 раз в день. Употребление рафинированных углеводов (сахар, мед, джемы и т.д.) и насыщенных жиров должно быть снижено до минимума. Основу питания должны составлять сложные углеводы и продукты, богатые растворимыми волокнами. Отдавайте предпочтение белому мясу птицы, нежирной рыбе, блюдам из овощей, отварам трав, компотам без добавления сахара.
2. Разумная физическая нагрузка.
Физическая активность улучшает процессы метаболизма и повышает чувствительность к инсулину.