



## ЧТО ТАКОЕ **САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?**

ФОРМЫ, ФАКТОРЫ РИСКА И ИЗМЕРЕНИЕ

Жить без ограничений, насколько возможно

[www.lilly-pharma.de](http://www.lilly-pharma.de)  
[www.lilly-diabetes.de](http://www.lilly-diabetes.de)

*Lilly* | DIABETES



## ЧТО ТАКОЕ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ (DIABETES MELLITUS)?

В Германии насчитывается около 6,7 млн. людей, страдающих сахарным диабетом, к этому показателю нужно добавить еще ок. 2–5 млн. пациентов, которые пока еще не знают о своей болезни.

Сахарный диабет диагностируют в том случае, когда в крови пациента содержится слишком много сахара (глюкоза, повышенный уровень сахара в крови). Глюкоза является важным источником энергии для организма. Она настолько важна для нас, что наш организм при необходимости способен синтезировать её, хотя её большая часть всё-таки поступает в организм с употребляемой нами пищей.

Уровень сахара в крови регулируется в организме при помощи инсулина – гормона, вырабатываемого в поджелудочной железе.

- ✓ Инсулин способен доставлять сахар (и тем самым энергию) в клетки мышц, печени и жировых тканей.
- ✓ Если инсулина в организме недостаточно, то сахар накапливается в крови, и тогда развивается диабет.

Помочь при диабете способны лекарственные средства и, прежде всего, соответствующий образ жизни, которые способствуют «очищению» крови, обеспечивают нормальную функцию обмена веществ и предотвращают возможные долгосрочные повреждения органов.

## НА КАКИЕ ТИПЫ ПОДРАЗДЕЛЯЕТСЯ ДИАБЕТ, И КАК ОНИ ПРОЯВЛЯЮТСЯ?

### ДИАБЕТ 1-ГО ТИПА, T1

Данный тип диабета развивается при повреждении клеток поджелудочной железы, вырабатывающих инсулин, (бета-клетки).

В результате развивается дефицит инсулина, и организм больше не может правильно перерабатывать сахар крови. При данном типе диабета пациенту постоянно вводится инсулин, помогающий оптимально отрегулировать содержание сахара в крови.

### ДИАБЕТ 2-ГО ТИПА, T2

Здесь речь идет о комбинированном нарушении: с одной стороны, инсулин не воздействует должным образом на организм (инсулинорезистентность), с другой стороны, поджелудочная железа вырабатывает недостаточное количество инсулина. На первом этапе лечение данной формы диабета осуществляется при помощи сбалансированной диеты, повышения физической активности и снижения веса. В рамках дальнейшего лечения предусмотрено назначение пациенту лекарственных препаратов и, при необходимости, инсулина.

К другим, специальным, формам диабета относятся:

- ✓ гестационный сахарный диабет (сахарный диабет беременных).
- ✓ И такие реже встречающиеся формы, как:
  - ✓ генетически обусловленный сахарный диабет,
  - ✓ диабет, вызванный приемом лекарственных средств (например, в ходе терапии кортизоном),
  - ✓ диабет, вызванный заболеваниями поджелудочной железы.

К основным жалобам, вызванным при диабете повышенным уровнем сахара в крови, относятся:

- ✓ частое мочеиспускание,
- ✓ утомляемость,
- ✓ повышенная жажда,
- ✓ потеря веса,
- ✓ ухудшение зрения.

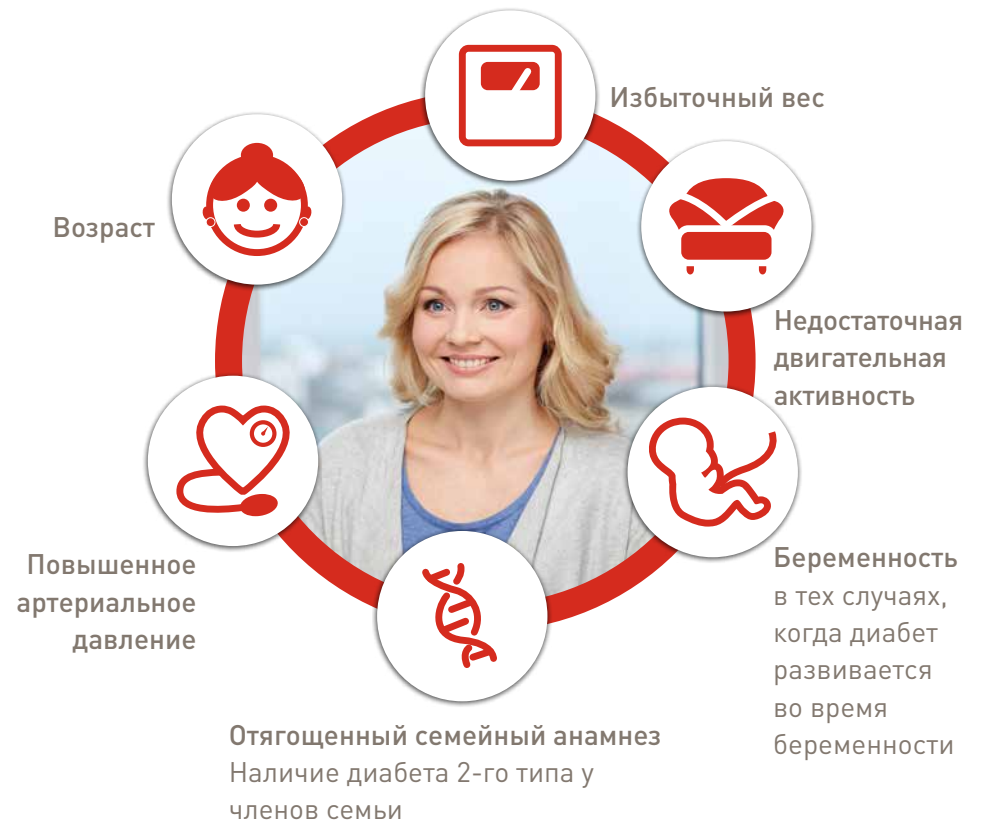


**Диабет 1-го типа:** в особенности для диабета 1-го типа характерно внезапное возникновение симптомов.

**Диабет 2-го типа:** вышеуказанных симптомов нет, или же они возникают лишь в легкой форме. Заболевание начинается, как правило, незаметно и протекает в вялотекущей форме на протяжении нескольких лет. Часто его обнаруживают случайно при проведении анализа крови.

## ФАКТОРЫ РИСКА ПРИ ДИАБЕТЕ 2-ГО ТИПА

Некоторые факторы могут способствовать возникновению диабета 2-го типа:



За счет своевременного изменения нездорового образа жизни (неполноценное питание, пищевое поведение) во многих случаях можно предотвратить или отсрочить возникновение диабета 2-го типа.



## ПОЧЕМУ ТАК ВАЖНО ПОДОБРАТЬ ОПТИМАЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ДИАБЕТА?

Постоянно повышенный уровень сахара в крови может привести к отдаленным последствиям. Из-за этого могут пострадать сердце, почки, нервы, в особенности в стопах, ухудшиться кровообращение в мозге и ногах, а также ухудшиться зрение. Чтобы как можно лучше воспрепятствовать развитию этих отдаленных осложнений, нужно подобрать оптимальное лечение диабета, регулирующее уровень сахара в крови. Кроме того, необходимо принимать меры в отношении всех остальных факторов риска, которые могут вызвать повреждение сердца, почек, кровеносных сосудов и глаз.



Наряду с терапией, направленной на снижение уровня сахара в крови, важно оптимально отрегулировать показатели артериального давления и уровня холестерина. Чрезвычайно важным является отказ от курения. Ваш лечащий врач поможет Вам в этом.

Бережное отношение к себе может помочь ограничить развитие жалоб при диабете. В то же время важно проходить регулярные обследования, например, для проверки состояния сердца, глаз, стоп.

## КАКИМ ОБРАЗОМ ДИАГНОСТИРУЮТ ДИАБЕТ?

Для диагностики диабета определяют содержание сахара в крови. Этот показатель указывают в мг/дл или ммоль/л. Еще одной возможностью является измерение «долгосрочного уровня сахара», т.н. уровня гликированного гемоглобина (HbA<sub>1c</sub>). Показатель HbA<sub>1c</sub> отражает среднее содержание сахара в крови за прошедшие два-три месяца, при помощи анализа крови Ваш лечащий врач будет также определять и этот показатель.

Показатель содержания гликированного гемоглобина (HbA<sub>1c</sub>) выражается в % или в ммоль/моль.

HbA <sub>1c</sub> %	4,0	5,0	6,0	6,5	7,0	7,5	8,0	9,0	10,0
HbA <sub>1c</sub> ммоль/моль	20	31	42	48	53	59	64	75	86

Кроме того, можно измерять текущий уровень сахара в крови. Для этого уровень сахара в крови определяют при помощи глюкометра, который анализирует каплю крови, взятую из пальца. Такое измерение можно проводить также и в домашних условиях, что помогает оптимально корректировать режим лечения.



Ваш лечащий врач обсудит с Вами то, насколько целесообразно для Вас измерять уровень сахара на дому, и как проводить такое измерение.

## О ЧЕМ ГОВОРЯТ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗМЕРЕНИЙ?

**≥ 126**  
мг/дл

**≥ 126 мг/дл (7 ммоль/л)**

Если измеряемый натощак уровень сахара в крови хотя бы дважды превышал показатель 126 мг/дл, или уровень гликированного гемоглобина превышает 6,5%, то говорят о наличии диабета.

**≥ 100**  
мг/дл

**100 – 125 мг/дл (5,6–6,9 ммоль/л)**

Если измеренный показатель находится в диапазоне 100-125 мг/дл, то говорят о нарушении толерантности к глюкозе. Необходимо проведение дальнейших контрольных исследований.

**≥ 70**  
мг/дл

**70 – 100 мг/дл (3,9–5,6 ммоль/л)**

При измерении натощак у пациентов, не страдающих диабетом, уровень сахара в крови составляет от 70 до 100 мг/дл, а уровень HbA<sub>1c</sub> – ниже 5,7 %.

**< 70**  
мг/дл

**< 70 мг/дл (3,9 ммоль/л)**

Гипогликемия: состояние со слишком низким уровнем сахара, которое может быть опасным, особенно у диабетиков пожилого возраста.

## Общие рекомендованные показатели уровня сахара в крови у пациентов с диабетом 2-го типа:

**100 – 125**  
мг/дл

**100 – 125 мг/дл (5,6–6,9 ммоль/л)**

Уровень сахара в крови при исследовании натощак

**140 – 199**  
мг/дл

**140 – 199 мг/дл (7,8–11,0 ммоль/л)**

Уровень сахара в крови через 1 – 2 часа после приема пищи

## Целевой диапазон показателей уровня HbA<sub>1c</sub> при хорошо подобранном лечении диабета 2-го типа

**6,5 – 7,5**  
%

**6,5% – 7,5% (48–59 ммоль/моль)**

Обсудите, пожалуйста, свои личные целевые показатели со своей командой по лечению диабета.

## В КАКИХ СЛУЧАЯХ СЧИТАЕТСЯ, ЧТО ЛЕЧЕНИЕ ДИАБЕТА 2-ГО ТИПА ПОДОБРАНО ПРАВИЛЬНО?

Индивидуальный целевой показатель зависит от:

- ✓ продолжительности заболевания, ✓ сопутствующих заболеваний,
- ✓ возраста пациента, ✓ вида терапии.

## Источники

Германское общество «Deutsche Diabetes Gesellschaft», положение «Nationale VersorgungsLeitlinie Therapie des Typ-2-Diabetes» – полная версия, 1-е издание, 4-я версия, август 2013 г., последние изменения внесены: в ноябре 2014 г.

(Источник: Deutscher Gesundheitsbericht Diabetes 2017, ссылка: <https://www.diabetesde.org/pressemitteilung/deutscher-gesundheitsbericht-diabetes-2017-erschiene>)

© 2019, Eli Lilly and Company. Мы оставляем за собой все права.