

Сахарный диабет

Тихий убийца

А как иначе назвать это хроническое, инвалидизирующее заболевание, лечение которого требует огромных затрат, а излечения нет? Диабет вызывает тяжелые осложнения, что создает реальную угрозу как для человека, так и для государства.

Цифры и факты

Уровень заболеваемости сахарным диабетом в современной России превысил порог, за которым стоит одно - угроза национальной безопасности страны. В нашей стране официально зарегистрировано почти три миллиона больных. Однако, если брать данные различных исследований, их число вполне можно довести до восьми миллионов человек. Это подтверждает диспансеризация. Даже при далеком не всеобщей диспансеризации населения России прирост численности диабетиков в прошлом году составил семь с половиной процентов. Если темпы прироста сохранятся или, не дай бог, увеличатся, к 2025 году численность россиян, больных сахарным диабетом, может превысить 11 миллионов человек.

Эта болезнь и ее осложнения занимают третье место по уровню смертности после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Каждый день в России 756 человек, у кого диагностирован диабет, переносят (точнее, не переносят) инфаркт миокарда, 474 - инсульт. У 104 россиян наступает терминальная почечная недостаточность, 60-ти предстоит ампутация стоп ног.

А что у нас?

Распространение сахарного диабета по Нижегородской области идет и вширь, и вглубь. За последние полтора десятка лет он захватил в свои сети в полтора раза больше людей, чем было до того. На первое января этого года в области насчитывается более 92 тысяч больных диабетом. 565 из них - это дети и подростки.

Возможно ли изменить ситуацию с сахарным диабетом? «Необходимо!» - утверждает Владимир Иович Сентялов, президент Нижегородской диабетической лиги, общественной организации пациентов, которой в 2009 году исполняется 15 лет.

Время действовать

Сегодня работа лиги направлена на профилактику и осложнений, и самого недуга.

Лига периодически проводит информационные акции для населения. Одна из них - «Здоровье под контролем» - в конце марта состоялась в Нижнем Новгороде.

...В большом выставочном зале десятки стендов, на которых представлена продукция, интересная и для больных диабетом, и для тех, кто хочет предотвратить

наступление болезни. Травы с гор Алтая, массажные приборы из металлов и минералов с особыми полезными свойствами, фильтры для очистки воды, средства самоконтроля (или домашней диагностики) - все это и многое другое пользовалось явным успехом у посетителей выставки. Некоторые из них подходили к столу, на котором были размещены глюкометр и футляр-тубус с тест-полосками для измерения уровня сахара в крови. Игла ланцета для прокалывания пальца «впечатлила» одного мужчину средних лет, и он галантно пропустил вперед женщину, которая спокойно протынула палец медиком с прибором. Пять секунд, и результат налицо - уровень сахара у нее в норме. Мужчина, наконец-то, решился и... его гликемия сегодня не превышает нормы.

Но для многих нижегородцев это не так...



Чем раньше выявим...

Профессор медицинской академии, доктор медицинских наук Леонид Стронгин - ведущий диабетолог региона. На его лекцию в школе диабета (одна из страниц информационной акции) собрались врачи-терапевты центров соцзащиты, санаториев, пациенты. И даже иностранные студенты академии были замечены в лекционном зале - им потом придется лечить это заболевание в своих странах.

Как доложил слушателям профессор, люди часто привыкают к своему необычному состоянию (сухость во рту, слабость, кожный зуд, частое мочеиспускание и так далее) и не обращаются вовремя к специалисту, что означает откладывать жизненно важное диагностирование сахарного диабета. А бывает и так, что, опасаясь нелегкого вердикта - «болен», не желают, чтобы диабет был диагностирован. Такая «страусиная» позиция чревата тем, что запущенную болезнь лечить становится чрезвычайно сложно.

Рекомендация специалистов - всем как минимум раз в год сдавать кровь в поликлиниках на анализ уровня сахара. Целевые показатели нормальных сахаров: натощак - 5,6 ммоль/л, а через 2

часа после еды - не более 7,8 ммоль/л. Поликлиника делает это бесплатно, если есть талончик от врача. Еще можно воспользоваться акциями, о которых мы только что говорили (тоже бесплатно). Но совсем просто - купите прибор, и вы станете асами самоконтроля. Ближайшая из акций лиги состоится в городе Семёнове 14 апреля. В планах Нижегородской диабетической лиги - и другие районы области. Как говорится, следите за объявлениями.

Диагноз установлен. Что дальше?

Качество жизни больного сахарным диабетом существенно отличается от качества жизни здорового человека. Но минимизировать это отличие все-таки можно. И самоконтроль в этом деле - самое главное. Измерять уровень сахара в крови можно ведь и дома, а не только в поликлинике или в ходе специальных акций. Соответствующие средства можно приобрести в аптеке, на выставках-продажах в ходе информационных акций, в диабет-центре. А уж измерение артериального давления, кажется, теперь не представляет ни для кого особой сложности - достаточно нажать кнопку в автоматическом тонометре. Уровень сахара и уровень давления - они оба равно важны для профилактики и контроля нарушений обмена веществ (метаболического синдрома).

Существует два типа сахарного диабета, и по каждому типу назначается свое лечение. Первый тип (инсулинозависимый диабет) - его трудно не заметить и невозможно предотвратить и вылечить. Основной компонент так называемой заместительной терапии - это ежедневные и многократные инъекции инсулина, без которых, увы, не прожить и трех суток.

К сожалению, в обеспечении лекарствами таких людей в последнее время наблюдаются определенные барьеры, что нервнует и так уже серьезно больных людей. Пациенты не обеспечиваются на бесплатной основе современными эффективными средствами самоконтроля сахара в крови - тест-полосками и глюкометрами. Не хватает и врачей-эндокринологов. Их численность в нашей области сокращается, не во всех районных больницах теперь есть ставка такого нужного уникального специалиста. Примеры, мягко говоря, невнимания к проблеме сахарного диабета можно перечислять еще долго...

Диабет второго типа носит скрытый характер. Именно для его выявления предлагается диспансеризация населения. А лучше, если люди сами будут обращаться к врачам, чтобы провести профилактические мероприятия. Кстати, считается, что и лечить сахарный диабет второго типа легче, эффект достигается хороший. Если, конечно, вовремя выявить и лечить болезнь...

ДЛЯ БОЛЬНЫХ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ ИЗ РАЙОНОВ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

ДИАБЕТ-ЦЕНТР НИЖЕГОРОДСКОЙ ДИАБЕТИЧЕСКОЙ ЛИГИ РАБОТАЕТ БЕЗ ВЫХОДНЫХ



- Консультации по вопросам диабета, советы, поддержка.
- Измерение сахара, холестерина, гликированного гемоглобина.
- Средства самоконтроля для диабетика:
- глюкометры (с обучением особенностям пользования);

- тест-полоски, а также шприцы и шприц-ручки, иглы и ланцеты.
- Популярная медицинская литература, памятки.
- Сахарозаменители.

МЫ ПОМОЖЕМ ВАМ!

Наш адрес:

бульвар МИРА, 10,
остановка транспорта «Должанская»
(рядом с Московским вокзалом)
Телефоны 246-14-76; 277-59-72
www.diabet.nnov.ru

Время работы диабет-центра:
с понедельника по пятницу 9.00 - 18.00
в субботу и воскресенье 10.00 - 16.00

Региональная общественная организация «Нижегородская диабетическая лига» совместно с администрацией Семёновского района и районным отделением ВОИ



проводит публичную медико-социальную акцию

«ДИАБЕТ-2009. ДЕНЬ АКТИВНОГО ПАЦИЕНТА»

Акция состоится в г. Семёнове 14 апреля в 11 часов в помещении районного Дома культуры.

Основными целями медико-социальной акции являются:

- информационная помощь пациентам и их родственникам в вопросах обучения больных саморегуляции заболевания;
- проведение скрининга среди населения с целью выявления скрытого сахарного диабета методами экспресс-диагностики уровня сахара в крови.

Программа акции «ДИАБЕТ-2009. ДЕНЬ АКТИВНОГО ПАЦИЕНТА»:

- Сообщение районного эндокринолога.
- Выставка-продажа средств самоконтроля, диабетических продуктов.
- Измерение уровня сахара в крови и давления.
- Лекция «Сахарный диабет сегодня. Что необходимо знать пациенту?».
- Сообщение представителей фармацевтических фирм о новых средствах лечения.

ЖИТЕЛИ РАЙОНА, МЫ ЖДЕМ ВАС!

Диабетическая лига
Тел.: (831) 277-59-72; 246-14-76

• Перед инвалидностью

Зрение должно быть лучезарным

Во всяком случае, офтальмологи (врачи, занимающиеся лечением заболеваний глаз) хотят именно этого, первый тост в торжественных случаях у них звучит так: «За лучезарное зрение!»

Хотя сами же понимают идеалистичность своего пожелания. Кому как не им приходится ежедневно сталкиваться в практике с различными серьезными нарушениями зрения людей? «Какие из нарушений наиболее часто приводят к инвалидности?» - спросили мы главного офтальмолога Нижегородской области В.М. Куракина.

- На первом месте глаукома, повышенное внутриглазное давление, - ответила она. - На втором месте - заболевания сетчатки, высокая миопия, осложненная заболеваниями глазного дна (миопия - это близорукость.- ред.), ну и катаракта, помутнение хрусталика.

Катаракта, кстати, излечимая болезнь. Как утверждает Валентина Михайловна, ее можно оперировать и вновь делать зрение «единичным», то есть стопроцентно полноценным. Люди возвращаются к трудовой жизни: учителя учат детей, а водители водят машины...

Сейчас в руках медиков такая техника (ультразвуковая!), что операции по поводу катаракты проводятся быстро, пациенты тратят на это практически один день. «Разрез глаз получается очень маленьким, - посвящает

нас в хирургически подробности главного офтальмолога. - Уже к концу дня глаз смотрится как неоперированный».

А чтобы не доводить быстро дело до операции, главный офтальмолог рекомендует витаминные капли, которые хоть немного затормозят развитие болезни. Но избежать в конечном итоге хирургического вмешательства все равно не удастся.

С глаукомой сложнее. Неслучайно для более глубокого изучения этой болезни и эффективного лечения в Нижегородской области при больнице № 3, «под рукой» главного офтальмолога области, создан глаукомный центр. Его пациенты могут стать жителями как Нижнего Новгорода, так и любого населенного пункта области.

Сложности с глаукомой обу-

словлены возрастными особенностями людей. Как правило, приобретают эту болезнь люди пожилые и приносят с собой в центр целый «букет» серьезных недугов, которые могут усугубить положение, так называемая сопутствующая патология. «Поэтому прежде чем идти на операцию, - предупреждает Куракина, - нужно вносить коррекцию в лечение этой патологии, чтобы не было осложнений в послеоперационном периоде».

И вообще, повнимательнее надо относиться к своему здоровью, настаивает она. В отношении глаукомы все зависит от пациента. Вовремя диагностировать заболевание у себя и приступить к правильному лечению - вот что важно. Чем страшна глаукома? Тем, что от нее зрение падает безвозвратно, то есть вернуть его не-



возможно. «Мы, врачи, можем сделать операцию и понизить внутриглазное давление, которое давит на зрительный нерв, и тот со временем погибает. Если своевременно прошла операция, - продолжает она, - падение зрения может остановиться и таким будет всю оставшуюся жизнь, при условии, что внутриглазное давление не повысится вновь. В качестве профилактики

хочу предложить всем, кому за тридцать пять, периодически проверять свое внутриглазное давление. Хотя бы раз в год. У кого есть родители с глаукомой - тем более надо проверяться. И если врач обнаружил повышение внутриглазного давления, наблюдаться у него надо постоянно. Назначил он очередную проверку через месяц - обязательно нужно идти».

Страницу подготовила Светлана ИСАКОВА