



# осложнения сахарного диабета

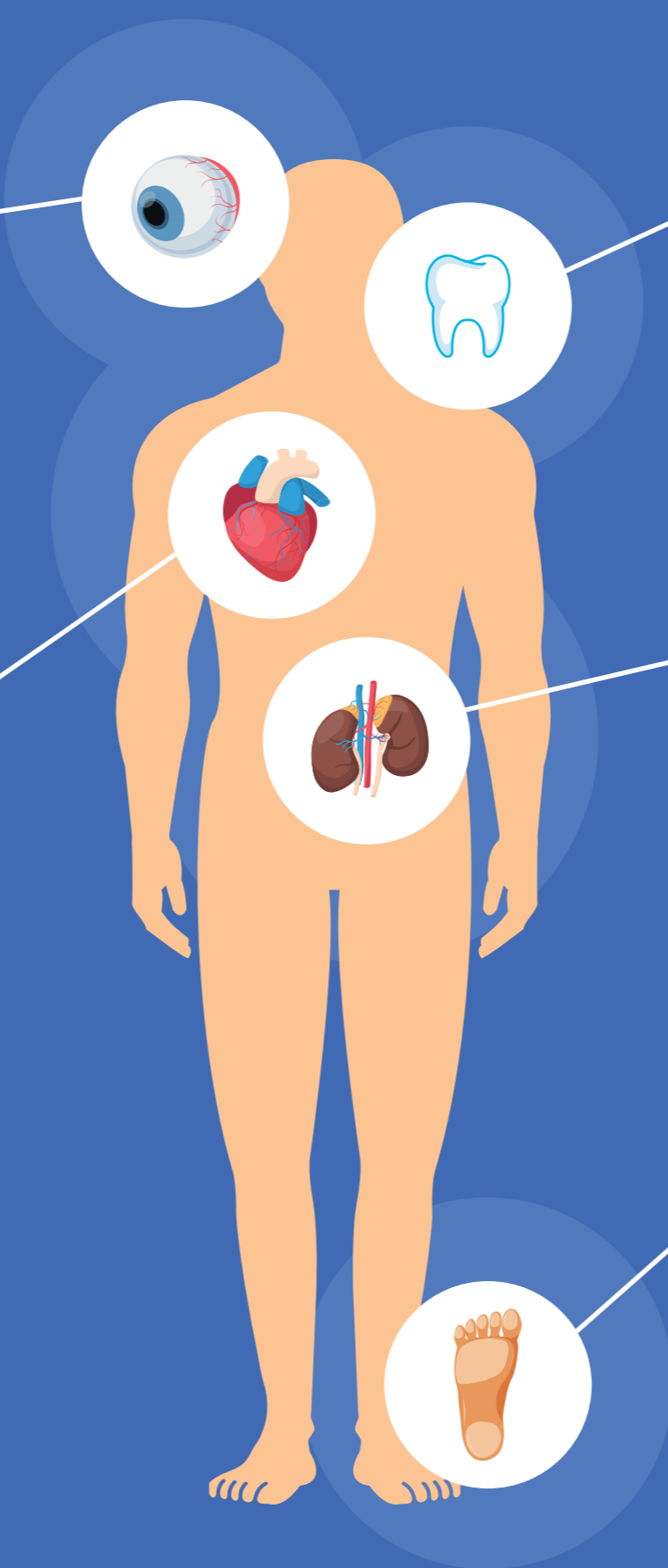
## Чего опасаться?

### Диабетическое поражение глаз

Каждый шестой житель планеты слепнет вследствие сахарного диабета. Диабетическая ретинопатия развивается у более чем 1/3 пациентов с сахарным диабетом и является основной причиной потери зрения у взрослого населения трудоспособного возраста.

### Диабет и сердечно-сосудистые заболевания

Каждый пятый житель планеты, нуждающийся в аортокоронарном шунтировании, страдает сахарным диабетом. Люди с сахарным диабетом подвержены в 2 раза большему риску развития сердечно-сосудистых заболеваний (инфаркта миокарда, инсульта, сердечной недостаточности и др.).



### Диабет и здоровье полости рта

Больные сахарным диабетом более подвержены риску развития заболеваний пародонта, воспаления мягких тканей, окружающих зубы (периодонтит), что может привести к выпадению зубов.

### Диабетическое поражение почек

Каждый третий житель планеты, нуждающийся в гемодиализе, имеет сахарный диабет. Частота развития терминальной стадии хронической болезни почек и почечной недостаточности в 10 раз выше при сахарном диабете.

### Диабет и ноги

Каждые 30 секунд в мире проводится ампутация всей нижней конечности или ее части вследствие диабета. Синдром диабетической стопы и периферическая нейропатия являются причинами появления язвенных дефектов стоп и ампутаций нижних конечностей.

Повышение уровня глюкозы в крови может долго оставаться незамеченным, в то время как избыток глюкозы начинает разрушать стенки сосудов, нервы и внутренние органы. Большинство этих осложнений обратимы на ранних стадиях, поэтому крайне важна их профилактика и своевременное выявление. Качественное диспансерное наблюдение и соблюдение периодичности обследований, рекомендованных врачом, поможет вовремя выявить и предотвратить прогрессирование осложнений:

- ♥ не реже 1 раза в год проходите обследование у офтальмолога (осмотр с расширенным зрачком)
- ♥ не реже 1 раза в год проверяйте работу почек (анализ крови на креатинин, анализ мочи на альбумин)
- ♥ не реже 1 раза в год проверяйте работу сердца с помощью электрокардиографии (ЭКГ)
- ♥ следите за гигиеной полости рта, регулярно посещайте стоматолога
- ♥ ежедневно осматривайте ноги, не реже 1 раза в год проверяйте чувствительность стоп на приеме у врача
- ♥ поддерживайте близкие к норме уровни глюкозы в крови, артериального давления и холестерина