САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

В России официально зарегистрировано более 4-х млн больных сахарным диабетом, однако истинное число больных намного больше.

Сахарный диабет выявлен у каждого 20 россиянина*

Если у Вас один или более факторов риска, сдайте кровь на глюкозу. Сделать это очень просто – достаточно пройти профилактическое обследование в

Центре здоровья или диспансеризацию в поликлинике по месту жительства.

НОРМА – уровень глюкозы натощак **менее 6 ммоль/л**

ПРЕДДИАБЕТ – уровень глюкозы натощак **от 6,1 до 6,9 ммоль/л**

ДИАБЕТ – уровень глюкозы **равен или выше 7,0 ммоль/л**

ФАКТОРЫ РИСКА ДИАБЕТА

Избыточная масса тела, ожирение

Артериальная гипертония *(давление 140/90 мм рт. ст. и выше)*

Наличие сахарного диабета у ближайших родственников

Низкий уровень физической активности

Низкий уровень «хорошего» холестерина в крови *(ЛПВП менее 0,9 ммоль/л)* и высокий уровень триглециридов *(2,82 ммоль/л и более)*

Высокий уровень сахара в крови во время беременности, рождение ребенка весом более 4 кг

СИМПТОМЫ ДИАБЕТА

- **Постоянная жажда, сухость во рту**
- **Ухудшение зрения**
- **Повышенная утомляемость, слабость**
- **Частое мочеиспускание и увеличение количества мочи за сутки**
- **Частая молочница у женщин**
- **Снижение эрекции у мужчин**
- **Снижение веса, иногда повышение аппетита**
- **Воспалительные процессы, плохо заживающие раны, расчесы на коже**

У Вас повышенный уровень сахара в крови или Вы отметили у себя симптомы диабета? Вам необходимо обратиться к врачу!

Помните! Несвоевременное выявление диабета или отсутствие лечения могут привести к серьезным последствиям:

Сердечно-сосудистым осложнениям (инфаркт, инсульт)

Снижению зрения, вплоть до слепоты

Почечной недостаточности

Поражению нервной системы

Гангрене, ампутации конечностей

*По данным всероссийского эпидемиологического исследования, проведенного под руководством академика Дедова И.И.