**Каждый второй, страдающий диабетом, не знает о своем заболевании.**

**13.07.2021**

Сахарный диабет 2-го типа является хроническим неинфекционным заболеванием, стремительную скорость распространения которого не удается замедлить. С каждым годом число больных диабетом в мире увеличивается на 17-19 млн человек, причем более 90% – пациенты с сахарным диабетом 2-го типа. При этом, по оценкам Всемирной организации здравоохранения, около половины страдающих диабетом, то есть каждый второй, не знают о своем заболевании.

Учитывая постепенное развитие заболевания, зачастую без каких-либо клинических проявлений в дебюте, очень важно знать факторы высокого риска развития сахарного диабета 2-го типа, к основным из которых относятся:

·        возраст ≥ 45 лет

·        избыточная масса тела и ожирение (ИМТ ≥ 25 кг/м2\*)

·        привычно низкая физическая активность

·        нарушенная гликемия натощак и нарушенная толерантность к глюкозе

·        гестационный сахарный диабет или рождение крупного ребенка в анамнезе у женщины

·        отягощенный семейный анамнез по сахарному диабету (родители, братья, сестры с сахарным диабетом 2-го типа)

Определение концентрации глюкозы в крови – основной скрининговый метод диагностики сахарного диабета. Все лица старше 45 лет должны определять уровень сахара натощак не реже, чем 1 раз в три года. Сейчас это можно делать чаще, так как этот анализ включен в перечень исследований, проводимых в рамках диспансеризации и профилактических медицинских осмотров. При высоких значениях уровня сахара на втором этапе диспансеризации проводится определение уровня гликированного гемоглобина. И на основании полученных результатов ставится диагноз и назначается своевременное лечение, что позволяет избежать грозных осложнений сахарного диабета 2-го типа. Поэтому очень важно регулярно проходить медицинские профилактические обследования.

Вторым важным диагностическим методом является пероральный глюкозотолерантный тест (ПГТТ), который является золотым стандартом диагностики предиабета. Во время теста измеряется уровень глюкозы натощак и через 2 часа после приема 75 г глюкозы, растворенной в воде. По результатам теста можно выявить ранние нарушения углеводного обмена и вовремя начать лечение, что позволит значительно отсрочить развитие сахарного диабета и его осложнений.

Нормой считается уровень глюкозы плазмы, не превышающий 6,1 ммоль/л натощак или 7,8 ммоль/л после глюкозной нагрузки в рамках ПГТТ.

Диагностику и диспансерное наблюдение за пациентами с сахарным диабетом и предиабетом осуществляет врач-терапевт по месту жительства, для подбора и коррекции сахароснижающей терапии пациента направляют к эндокринологу.

#Здравоохранение#ЛипецкоеЗдравоохранение #диабет[#uzalo48](https://www.instagram.com/uzalo48/)

*Информация подготовлена ГУЗОТ «ЦОЗиМП»*

*по материалам ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России*