



- Главная
- О нас
- Факторы риска
 - Физическая инертность
 - Высокий холестерин
 - Неправильное питание
 - Алкоголь
 - Курение
 - Фибрилляция предсердий
 - Ожирение
 - Высокое кровяное давление
 - Сахарный диабет
 - Стресс и депрессия
- Ресурсы
 - Подкаст
 - Блог
 - Видео
 - Полезные ссылки
 - Дополнительное чтение
 - Пресс-релизы

- Новости
-  Русский
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

- КОНТАКТЫ
- ДАРИТЬ

DONATE

Определение симптомов сахарного диабета для снижения риска инсульта

DIABETES



Сахарный диабет — это пожизненное состояние, связанное с повышенным уровнем сахара, или глюкозы, в крови. Нам всем нужна глюкоза в качестве

«топлива» для нашего организма, и этому процессу обычно содействует гормон инсулин. Но люди с диабетом 1-го типа вообще не могут вырабатывать инсулин. Люди с диабетом 2-го типа не могут вырабатывать достаточное количество инсулина или же их организм не реагирует на него должным образом. Это оказывает большое влияние на уровень глюкозы в крови (1).

Как сахарный диабет связан с инсультом?

Со временем высокий уровень глюкозы в крови может вызвать нагрузку на органы, такие как сердце или глаза. Как и в случае влияния высокого уровня холестерина, это также может повреждать ваши кровеносные сосуды, вызывая их сужение и повышая вероятность их закупорки. Если приток крови к головному мозгу прерывается, это может привести к инсульту (2).

Насколько распространен инсульт у пациентов с сахарным диабетом?

Согласно оценкам, к 2030 году число людей, страдающих сахарным диабетом во всем мире, достигнет 439 млн человек (3). Исследования показывают, что сахарный диабет увеличивает риск инсульта почти вдвое, и более 20% людей с сахарным диабетом умрут от инсульта (4). Но, хотя у пациентов с сахарным диабетом 1-го типа риск инсульта выше, у пациентов с сахарным диабетом 2-го типа больше общее число случаев инсульта, составляющих преобладающее большинство всех случаев диабетических инсультов (5).

Могут ли диабетики снизить у себя риск инсульта?

Сахарный диабет был идентифицирован как один из десяти модифицируемых факторов риска инсульта. Это означает, что для снижения риска можно прибегнуть к определенным изменениям в образе жизни и другим мерам. В то время как сахарный диабет 1-го типа часто встречается среди членов семьи, диабет 2-го типа можно предотвратить, поскольку он часто является результатом неправильного питания и ожирения, особенно в развитых странах (6).

Каковы основные симптомы сахарного диабета?

Не всегда легко узнать, есть ли у вас сахарный диабет, поскольку он может развиваться в течение многих лет, и у вас могут отсутствовать какие-либо явные симптомы. Простой тест покажет, есть ли у вас слишком много глюкозы в крови, но ниже приведены несколько ранних предупреждающих признаков, на которые следует обращать внимание:

1. Чувство сильной жажды
2. Учащенное мочеиспускание, особенно ночью
3. Чрезмерная усталость
4. Потеря веса тела (даже если вы больше едите) (при диабете 1-го типа)
5. Зуд наружных половых органов или регулярные эпизоды молочницы
6. Порезы или раны, которые медленно заживают
7. Затуманенность зрения
8. Покалывание, боль или онемение в руках/стопах (при диабете 2-го типа)

Люди, у которых уже диагностирован сахарный диабет, могут контролировать его воздействие на организм, принимая лекарства, если они назначены врачом. В одном исследовании было обнаружено снижение частоты случаев большого инсульта на 24%, когда больные сахарным диабетом принимали статины (препараты, обычно назначаемые для снижения уровня холестерина) (7).

Установлено, что изменения в образе жизни, такие как улучшение питания, уменьшение количества жировой ткани в организме и увеличение физических упражнений, также полезны для контроля уровня глюкозы в крови. Короче говоря, профилактика или лечение сахарного диабета могут снизить риск развития инсульта.

Литература:

1. <https://www.diabetes.org.uk/diabetes-the-basics>

2. https://www.stroke.org.uk/what-is-stroke/are-you-at-risk-ofstroke/diabetes?gclid=Cj0KCQjwn4ncBRCaARIsAFD5gW_W9Fh5uEkczKZQOvAvkzorCLXILxSQKaHtoiBGqV71rs9LahkocaAuToEALw_wcB
3. Rong Chen, MD, MS, Bruce Ovbiagele, MD, and Wuwei Feng, MD, MS. Diabetes and Stroke: Epidemiology, Pathophysiology, Pharmaceuticals and Outcomes. Am J Med Sci. 2016; 351 (4): 380-386.
4. Banerjee C, Moon YP, Paik MC, Rundek T, Mora-McLaughlin C, Vieira JR, Sacco RL, Elkind MS. Duration of diabetes and risk of ischemic stroke: the Northern Manhattan Study. Stroke. 2012; 43: 1212-1217
5. Janghorbani M, Hu FB, Willett WC, Li TY, Manson JE, Logroscino G, Rexrode KM. Prospective study of type 1 and type 2 diabetes and risk of stroke subtypes: the Nurses' Health Study. Diabetes Care. 2007; 30 (7): 1730-5
6. American Diabetes Association. [Accessed on August, 2018]; National diabetes fact sheet. Available from <https://www.diabetes.org/diabetes-statistics.jsp>.
7. Heart Protection Study Collaborative Group. MRC/BHF Heart Protection Study of cholesterol lowering with simvastatin in 20,536 high-risk individuals: a randomised placebo-controlled trial. Lancet. 2002; 360: 7-22.

Разработано



SAFE сохраняет полный контроль за содержанием этого сайта.

Финансовая поддержка — образовательный грант от компании



Ссылки

- [Условия использования](#)
 - [Политика конфиденциальности](#)
 - [Политика использования файлов cookie](#)
 - [Контакты](#)
-
- [Facebook](#)
 - [X](#)
 - [RSS](#)