

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ДИАБЕТА

КОЖНЫЙ ЗУД

Возможен из-за повышенного развития грибка



УЧАЩЕННОЕ МОЧЕИСПУСКАНИЕ

Почки не могут фильтровать сахар в крови и пытаются получить дополнительную жидкость для его растворения



БЫСТРАЯ ПОТЕРЯ ВЕСА

При диабете I типа



БЫСТРАЯ УТОМЛЯЕМОСТЬ И ПОВЫШЕННАЯ СЛАБОСТЬ

Сахар не поступает в клетки из крови, клетки не получают энергию (глюкозу)



ПОВЫШЕННЫЙ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ

Измеряется дома с помощью глюкометра



ЛИШНИЙ ВЕС

При диабете II типа



ПОКАЛЫВАНИЕ И ОНЕМЕНИЕ КОНЧИКОВ ПАЛЬЦЕВ

Появляется, если уровень сахара в крови постоянно остается высоким и разрушает нервную систему



ЖАЖДА

При повышенном уровне глюкозы кровь становится густой. Чтобы ее разжижить, требуется больше пить



ПОКАЗАТЕЛИ САХАРА В КРОВИ

< 3,3 ммоль/л – гипогликемия

3,3–5,5 ммоль/л натощак или до 7,8 ммоль/л после еды – норма

> 5,5 ммоль/л натощак или > 7,8 ммоль/л после еды – гипергликемия

НОРМА ГЛЮКОЗЫ

У детей до 14 лет – 3,33–5,55 ммоль/л

У взрослых – 3,89–5,83 ммоль/л

После 60 лет – 6,38 ммоль/л

При беременности – 3,3–6,6 ммоль/л



Иногда выявить болезнь можно только при исследовании крови или мочи на содержание сахара!

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

УЗНАЙ СИМПТОМЫ

занимает третье место в мире среди причин заболеваемости и смертности после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний.



Профилактика

Здоровая пища



Овощи и фрукты, хлеб (из муки грубого помола), крупы
Ограничить употребление сахара и соли

Физические нагрузки



Ежедневные физические упражнения снижают степень риска заболеть сахарным диабетом на 50%

ПРИЗНАКИ САХАРНОГО ДИАБЕТА

DIABETDIETA.RU

DIABETDIETA.RU



УТОМЛЯЕМОСТЬ



ЖАЖДА И ЧАСТЫЕ
МОЧЕИСПУСКАНИЯ

**ОСНОВНЫЕ
признаки**

ЗУД КОЖИ И
СЛИЗИСТЫХ



УХУДШЕНИЕ
ЗРЕНИЯ

КАНДИДОЗ И ПОЛОВАЯ
ДИСФУНКЦИЯ



ПОТЕРЯ ВЕСА ПРИ
ПОВЫШЕННОМ
АППЕТИТЕ



ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ



ЗАПАХ АЦЕТОНА ОТ МОЧИ И ТЕЛА

тошнота
боль в животе
КЕТОАЦИДОЗ



диабетическая кома



1 ТИП ДИАБЕТА

симптомы развиваются
быстро и заметно

2 ТИП ДИАБЕТА

симптомы развиваются
медленно и скрыто