



---

## ПОДХОД К ПАЦИЕНТУ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14230655>

**Тиловолдиева Д.Х., Козимова Р.У.**

*Ассистенты Central Asian Medical University,*

**Ахмедова М. А.**

*Студентка 1-курса направления педиатрия в Central Asian Medical University*

Сахарный диабет – это хроническое заболевание, характеризующееся высоким уровнем глюкозы в крови. По данным Всемирной организации здравоохранения, на 2021 год более 422 миллионов человек в мире страдали от этого заболевания, цифра продолжает расти. Сахарный диабет имеет значительное влияние на качество жизни пациентов и часто приводит к серьезным осложнениям, включая сердечно-сосудистые заболевания, почечную недостаточность, болезни глаз и ампутацию конечностей.

Цель данной статьи – осветить основные подходы к управлению лечением и уходу за пациентами с сахарным диабетом, включая диагностику, медицинское вмешательство, обучение пациентов и профилактику осложнений.

**Типы сахарного диабета.** Существует несколько типов сахарного диабета, каждый из которых требует своего подхода к лечению и управлению:

1. Сахарный диабет 1 типа – аутоиммунное заболевание, при котором поджелудочная железа не производит инсулин. Это заболевание обычно диагностируется в детстве или подростковом возрасте.

2. Сахарный диабет 2 типа – наиболее распространенная форма диабета, связанная с инсулинорезистентностью. Эта форма часто связана с избыточным весом, недостаточной физической активностью и генетической предрасположенностью.

3. Гестационный диабет – тип диабета, который возникает во время беременности и обычно проходит после родов. Однако он увеличивает риск развития диабета 2 типа в будущем для матери.

Понимание особенностей каждого типа диабета является ключом к их эффективному лечению.

**Диагностика сахарного диабета.** Симптомы диабета могут варьироваться, однако к наиболее распространенным относятся повышенная жажда, частое мочеиспускание, восстановление веса, усталость и затуманенное зрение. Чтобы диагностировать диабет, врачи используют несколько методов:



- Гликированный гемоглобин (HbA1c): Этот тест показывает средний уровень сахара в крови за последние 2-3 месяца. Уровень HbA1c 6.5% или выше указывает на диабет.

- Тест на толерантность к глюкозе: Пациенту дают выпить раствор с глюкозой, после чего измеряют уровень сахара через определенное время.

- Обычные анализы мочи: Они могут показать наличие сахара или кетоновых тел, свидетельствующих о диабете.

Важно учитывать семейный анамнез и факторы риска, такие как избыточный вес и малоподвижный образ жизни.

**Подход к ведению пациента.** Эффективное лечение диабета требует индивидуального подхода, учитывающего возраст пациента, общее состояние здоровья, а также его образ жизни. Мультидисциплинарный подход, включающий врачей, медсестер, диетологов и психологов, помогает создать комплексный план ухода.

Постановка реальных и достижимых целей, таких как поддержание уровня сахара в допустимых пределах, предотвращение осложнений и улучшение качества жизни, также играет важную роль в управлении заболеванием.

**Основные компоненты лечения.** Лечение диабета включает несколько ключевых компонентов:

1. Медикаментозная терапия: В зависимости от типа диабета, пациенты могут нуждаться в инсулине или пероральных гипогликемических препаратах. Успех лечения часто зависит от соблюдения режима приема лекарств.

2. Диета: Правильное питание является важным аспектом контроля уровня глюкозы. Рекомендуется уменьшить потребление простых углеводов и увеличить долю фруктов, овощей и бобовых.

3. Физическая активность: Регулярные физические нагрузки помогают контролировать уровень сахара в крови, способствуют снижению веса и улучшают общее состояние здоровья.

**Образование пациентов.** Образование по самоконтролю имеет жизненно важное значение для пациентов с диабетом. Они должны знать, как правильно измерять уровень сахара в крови и как управлять гипогликемией и гипергликемией. Новые технологии, такие как глюкометры и системы непрерывного мониторинга глюкозы, предоставляют пациентам возможность более эффективно контролировать свое состояние.

**Психологические аспекты.** Психологическое благополучие пациентов с диабетом не менее важно, чем физическое здоровье. Часто эти пациенты сталкиваются с эмоциональными проблемами, такими как депрессия и



тревога, которые могут негативно сказаться на их лечении. Поддержка со стороны медицинских работников и близких может помочь справиться с этими проблемами. Также группы самопомощи могут стать ценным источником информации и поддержки.

**Профилактика осложнений.** Регулярные медицинские осмотры, включая проверки уровня сахара, артериального давления и состояния почек, крайне важны для раннего выявления осложнений. Уход за ногами также не следует игнорировать, так как диабет может привести к серьезным проблемам с конечностями. Обучение пациентов распознавать ранние признаки осложнений поможет избежать серьезных проблем и улучшить качество жизни.

**Заключение.** Комплексный и индивидуализированный подход к лечению сахарного диабета включает в себя медицинские, образовательные и психологические компоненты. Своевременная диагностика, правильное лечение и поддержка со стороны медицинских работников и общества являются ключевыми факторами, способствующими успешному управлению сахарным диабетом. Важно помнить, что пациенты с диабетом могут вести активный и полноценный образ жизни, если следовать рекомендациям врачей и правильно управлять своим состоянием.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). Сахарный диабет (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>)
2. Американская диабетическая ассоциация (ADA). Типы диабета (<https://www.diabetes.org/diabetes-type>)
3. Mayo Clinic. Диагностика диабета (<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diabetes/diagnosis-treatment/drc-20345316>)
4. CDC. Подход к лечению диабета (<https://www.cdc.gov/diabetes/basics/approaches.html>)
5. Американская диабетическая ассоциация (ADA). Питание и физическая активность (<https://www.diabetes.org/nutrition>)
6. Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC). Управление диабетом (<https://www.cdc.gov/diabetes/managing/index.html>)
7. Diabetes UK. Психологическое благополучие (<https://www.diabetes.org.uk/resources-s3/2019-03/Psychological-wellbeing-in-diabetes.pdf>)



8. Американская диабетическая ассоциация (ADA). Предотвращение осложнений (<https://www.diabetes.org/diabetes/complications>)