

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ – ОБ ЭТОМ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ



Сахарный диабет - это нарушение обмена веществ, характеризующееся повышением содержания сахара в крови.

Заболевание возникает в результате дефектов выработки инсулина, дефекта действия инсулина или обоих этих факторов. Помимо повышенного уровня сахара крови, заболевание проявляется выделением сахара с мочой, обильным мочеиспусканием, повышенной жаждой, нарушениями жирового, белкового и минерального обменов и развитием осложнений.

Преддиабет - это промежуточное состояние, при котором поджелудочная железа производит инсулин, но уже в меньших количествах, либо инсулин производится в нормальных количествах, но клетки тканей не в состоянии его усвоить.

Симптомы САХАРНОГО ДИАБЕТА

Сухость во рту, постоянная жажда, потребление воды более 3 литров в сутки.

Обильно и частое мочеиспускание (полиурия), походы в туалет в ночное время (никтурия).

Зуд кожи и слизистых.

Гнойничковые поражения кожи, фурункулез.

Повышенный аппетит.

Беспричинное похудение.

Слабость, сонливость.

Профилактика САХАРНОГО ДИАБЕТА

Здоровое питание.

Физические нагрузки.

Отсутствие вредных привычек.

Отсутствие стрессов.

Наблюдение за своим самочувствием.

Грудное вскармливание (при искусственном вскармливании с рождения возникает риск возникновения заболевания).

Укрепление иммунитета, чтобы инфекция не стала толчком к развитию заболевания.



DIABETES MELLITUS – EVERYONE MUST KNOW ABOUT THIS



Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by an increase in the blood sugar content.

The disease occurs as a result of deficiency in insulin production, a defect in the insulin action or both. In addition to the elevated blood sugar the disease is manifested by the release of sugar in the urine, excessive urination, polydipsia, impaired fat, protein and mineral metabolism and the development of complications.

Prediabetes is an intermediate state when the pancreas produces insulin but already in smaller amounts or insulin is produced in normal amounts but tissue cells are unable to absorb it.

DIABETES MELLITUS Symptoms

Dry mouth, constant thirst, water consumption of more than 3 liters per day.

Excessive and frequent urination (polyuria), going to the toilet at night (nycturia).

Itching of the skin and mucous membranes.

Pustular skin impairments, furunculosis.

Increased appetite.

Unexplained weight loss.

Weakness, drowsiness.

Prevention of DIABETES MELLITUS

Healthy diet.

Physical exercise.

Lack of bad habits.

Lack of stress.

Monitoring your state of health and periodic medical examinations.

Breastfeeding as scientists have proved that the children that are artificially fed since birth are exposed to the disease.

Immune system reinforcement so that the infection will not become the impetus for the development of the disease.

