# Диабет II типа

Реферат выполнила: студентка 3 курса 344 группы Павлова О.А.

Cанкт-Петербургский Государственный Педиатрический Медицинский Университет.

Санкт-Петербург

2012 г.

Сахарный диабет 2 типа – это хроническое заболевание, обусловленное уменьшением чувствительности тканей организма человека к инсулину. Характерным проявлением сахарного диабета является нарушение углеводного обмена с нарастанием уровня глюкозы (сахара) в крови.

Сахарный диабет – одно из наиболее распространенных эндокринных заболеваний. Частота сахарного диабета в среднем колеблется от 1, 5-3%, возрастая в развитых странах мира (до 5-6%).

В мире насчитывается около 200 млн. больных диабетом, при этом почти 90% из них страдают сахарным диабетом 2-го типа. Как правило, чаще заболевают сахарным диабетом 2 типа лица старше 45 лет. Наибольший процент заболеваемости сахарным диабетом 2 типа наблюдается среди лиц с ожирением. Так, у людей с умеренной степенью ожирения частота диабета увеличивается в 4 раза, а у людей с выраженным ожирением – в 30 раз.

Причины развития сахарного диабета 2-го типа.

Сахарный диабет 2 типа возникает в том случае, когда организм не отвечает на инсулин соответствующим образом. Это состояние называется «инсулинорезистентностью» (уменьшение чувствительности к инсулину).

В отличие от людей с сахарным диабетом 1-го типа, у людей с сахарным диабетом 2-го типа инсулин продолжает вырабатываться (иногда вырабатывается в количествах превышающих физиологические), однако теряет способность реагировать с клетками тела и облегчать усвоение глюкозы из крови.

Точная причина сахарного диабета 2-го типа неизвестна. Согласно современным исследованиям одной из главных причин развития диабета 2 типа является изменение чувствительности и количества клеточных рецепторов к инсулину (рецепторы реагируют с инсулином, а уменьшение их количества уменьшает чувствительность тканей организма к инсулину). Существует ряд факторов и состояний увеличивающих риск развития диабета посредством увеличения резистентности тканей к инсулину. Факторы, которые влияют на резистентность организма к инсулину это:

Резистентность к инсулину увеличивается на 30% в период полового созревания, из-за влияния гомонов роста.

Женский пол. Считается, что женщины больше склонны к развитию резистентности, чем мужчины.

Раса. Резистентность к инсулину на 30% выше у афроамериканцев, чем у представителей других рас.

Ожирение.

Сахарный диабет 2-го типа может встречаться у членов одной семьи, но определить точную природу (выявить генетически фактор) его наследования пока не удалось.

Какие бывают симптомы и признаки сахарного диабета 2-го типа?

К основным симптомам сахарного диабета 2-го типа относятся:

Жажда

Более частое мочеиспускание, чем обычно

Увеличение количества выделяемой мочи

Усиленный голод

Потеря веса или наоборот быстрый набор веса

Слабость

Другими признаками сахарного диабета 2 типа могут быть:

Частые инфекции.

Покалывание или онемение рук или ног.

Прогрессивное ухудшение зрения.

Появления труднозаживающих язв

Диагностика сахарного диабета 2-го типа

Для того, чтобы подтвердить возникшее подозрение о наличии у пациента сахарного диабета II типа, проводится исследование уровня сахара в крови и моче.

В большинстве случаев сахарный диабет определяется тогда, когда больной уже имеет осложнения, то есть приблизительно через 5-7 лет после начала болезни. Таким образом, эксперты американской диабетической ассоциации предложили ввести новые диагностические критерии сахарного диабета, помогающие определит диабет на ранних стадиях.

Если глюкоза плазмы натощак:

Менее 6.1 ммоль/л – гипергликемии нет, а значит нет и диабета

В интервале от 6.1 до 7.0 ммоль/л – нарушенная гликемия натощак.

Свыше 7.0 ммоль/л – предварительный диагноз сахарного диабета, но с последующим подтверждением.

Такие состояния как нарушенная толерантность к глюкозе и нарушенная гликемия натощак часто рассматриваются как предиабет и требуют дальнейшего наблюдения и профилактического лечения.

Лечение сахарного диабета 2 типа

Лечение сахарного диабета 2 типа включает: диету, физические упражнения, лекарства снижающие концентрацию глюкозы в крови.

Диета при сахарном диабете 2 типа

В лечении сахарного диабета 2-го типа диета имеет огромное значение. В некоторых случаях проблема сахарного диабета может быть полностью решена без приема лекарств. Как правило, пациенты, страдающие сахарным диабетом 2-го типа, имеют избыточный вес, поэтому основная цель врача при назначении диеты – снижение веса пациента.

Какие основные принципы диеты, направленной на снижение веса больных с сахарным диабетом 2 типа?

Исключить легкоусвояемые углеводы (сладости, сладкие фрукты, хлебобулочные изделия).

Разделить прием пищи на 4-6 небольших порций в течение дня.

50% жиров должны быть растительного происхождения.

Диета должна удовлетворять потребность организма в питательных веществах.

Строгий режим питания.

Употребление овощей ежедневно.

При сахарном диабете рекомендуется употреблять следующие продукты:

Хлеб – до 200гр в день, преимущественно черный.

Нежирное мясо.

Овощи и зелень. Картофель, морковь рекомендуется употреблять не более 200гр в день. А вот другие овощи (капусту, огурцы, помидоры и др.) можно употреблять практически без ограничений.

Фрукты и ягоды кислых и кисло-сладких сортов до 300гр в день.

Напитки. Разрешены зеленый или черный чай, можно с молоком, некрепкий кофе, томатный сок, соки из ягод и фруктов кислых сортов.

Что должен знать пациент о взаимодействии диабета и спорта?

При сахарном диабете 2-го типа целью физических упражнений, как и диеты, с одной стороны является снижение веса, с другой – повышение чувствительности тканей организма к инсулину, с третьей – снижение риска развития осложнений. Пациентам показаны динамические нагрузки средней интенсивности. Например, такие как прогулки, зарядка, плавание. Длительность физических упражнений – до 30 минут.

Какие лекарства необходимы пациентам с сахарным диабетом 2 типа?

На начальных стадиях сахарного диабета достаточно придерживаться диеты и выполнять физические упражнение, и тогда можно обойтись и без лекарств. Как правило, незначительное снижение веса помогает нормализовать углеводный обмен организма и снизить производство сахара на уровне печени. Для лечения более поздних стадий сахарного диабета применяют различные лекарственные препараты. Обычно людям с сахарным диабетом 2-го типа выписываются пероральные противодиабетические средства. Как правило, данные препараты применяются один раз в день, хотя некоторым пациентам необходимо принимать препараты более одного раза в день. Для более эффективного лечения противодиабетические препараты комбинируют.

Пероральные противодиабетические средства:

Толбутамид, Глипизид, Манинил – повышают выделение инсулина клетками поджелудочной железы.

Метформин – уменьшают производство сахара в печени, повышают чувствительность тканей организма к инсулину.

Акарбоза – снижает всасываемость глюкозы на уровне кишечника.

Добавки магния позволяет регулировать содержание сахара в крови.

Рекомендуемые сочетания противодиабетических препаратов:

Метформин + Натеглинид

Метформин + Инсулин

Метформин + Тиазолидиндион

Метформин + Глипизид

У значительного числа пациентов с сахарным диабетом 2-го типа таблетки постепенно прекращают быть эффективными, в таких случаях больного переводят на лечение инсулином. Помимо этого, могут возникать периоды - например, во время серьезных болезней - когда прежде эффективное лечение таблетками должно быть временно заменено лечением инсулином.

Начало инсулинотерапии при сахарном диабете 2 типа определяется лечащим врачом, . Целью инсулинотерапии является достижение наилучшей компенсации уровня глюкозы в крови, а значит профилактика осложнений диабета. При сахарном диабете 2-го типа о переходе на инсулин стоит задуматься, когда:

Наблюдается быстрая потеря веса.

Появляются симптомы осложнений сахарного диабета.

Никакие другие способы лечения не дают хорошей компенсации заболевания.

Классификация

I. По степени тяжести:

лёгкая форма (характеризуется возможностью компенсации заболевания только диетой или диетой в сочетании с приёмом одной таблетки сахароснижающего препарата. Вероятность развития ангиопатий не велика).

средней степени тяжести (компенсация метаболических расстройств на фоне приёма 2-3 таблеток сахароснижающих препаратов. Возможно сочетание с функциональной стадией сосудистых осложнений).

тяжёлое течение (компенсация достигается комбинированным приёмом таблетированных сахароснижающих препаратов и инсулина, либо только инсулинотерапией. На этой стадии отмечаются тяжёлые проявления сосудистых осложнений — органическая стадия развития ретинопатии, нефропатии, ангиопатии нижних конечностей; может диагносцироваться энцефалопатия, тяжёлые проявления нейропатии).

II. По степени компенсации углеводного обмена:

фаза компенсации

фаза субкомпенсации

фаза декомпенсации

III. По наличию осложнений:

Диабетическая микро- и макроангиопатия

Диабетическая полинейропатия

Диабетическая артропатия

Диабетическая офтальмопатия, ретинопатия

Диабетическая нефропатия

Диабетическая энцефалопатия