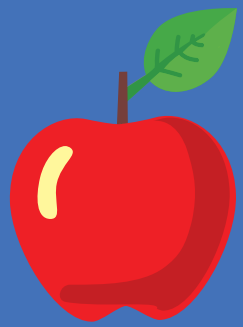
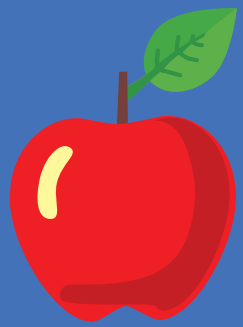
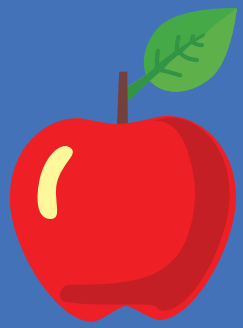
Առասպել,  թե փաստ

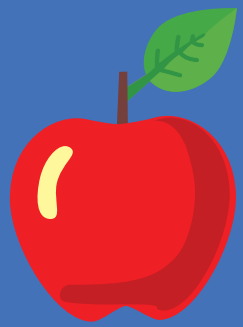
Քաղցրավենիքի օգտագործումը հանգեցնում է շաքարային դիաբետի զարգացման:

Առասպել,  թե փաստ

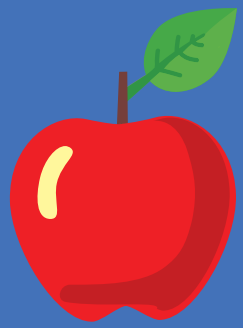
Տարեցների մոտ բարձր գլիկեմիան համարվում է տարիքային նորմա:

Առասպել,  թե փաստ

Եթե գլիկեմիայի ցուցանիշները փոքր-ինչ բարձր են նորմայից, բայց գանգատ չունեմ, ապա հետազոտման կարիք չունեմ:

Առասպել,  թե փաստ

Որովայնային ճարպակալումը կարող է հանգեցնել շաքարի յուրացման խանգարման, որը սկզբնական շրջանում ընթանում է անախտանիշ:

Առասպել,  թե փաստ

Մետաբոլիկ համախտանիշի բուժման կարևոր մաս է ծխելուց հրաժարվելը:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

Գլյուկոզայի կամ շաքարի մակարդակն արյան մեջ:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

Օրգան օրգանիզմում, որն արտադրում է ինսուլին և այլ հորմոններ:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

Հորմոն, որը կառավարում է գլյուկոզայի մակարդակն արյան մեջ: Այն օգնում է օրգանիզմի բջիջներին արյունից վերցնել գլյուկոզան և օգտագործել այն էներգիա ստանալու համար:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

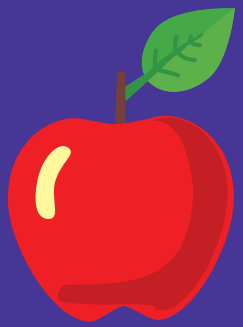
Օրգան, որը կատարում է տարբեր գործառույթներ, ներառյալ՝ արյան մեջ գլյուկոզայի արտադրումը և դուրսբերումը, երբ օրգանիզմն այն չի կարող բավարար քանակով ստանալ սննդից: Այն կարող է նաև պահեստավորել գլյուկոզայի ավելցուկը:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

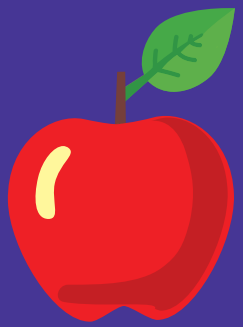
Սննդի և գլյուկոզայի ավելցուկը սովորաբար հանգրվանում է այստեղ: Այս հյուսվածքի մեծ քանակությունն օրգանիզմում կարող է բջիջները նվազ զգայուն դարձնել ինսուլինի նկատմամբ:

Շաքարային դիաբետի տերմիններ

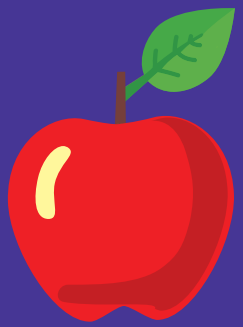
Գլյուկոզան, որից առաջանում է ճիշտ աշխատանքի համար անհրաժեշտ էներգիա, հասնում է այս հյուսվածքի բջիջներին միայն ինսուլինի առկայության դեպքում:

Առասպել,  թե փաստ

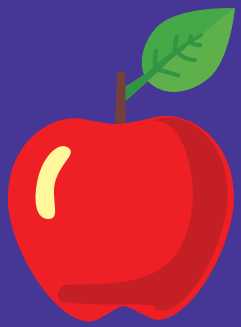
Սթրեսը շաքարային դիաբետի առաջացման պատճառ է:

Առասպել,  թե փաստ

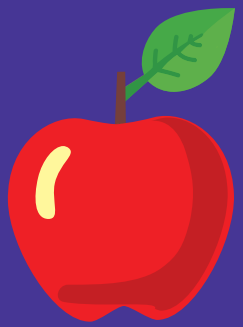
Շաքարային դիաբետի դեպքում խորհուրդ է տրվում ուտել հնդկաձավար, քանի որ այն չի ավելացնում գլյուկոզայի մակարդակն արյան մեջ:

Առասպել,  թե փաստ

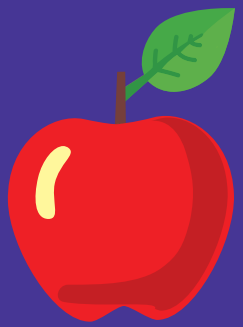
Շաքարային դիաբետի դեպքում չի կարելի օգտագործել խաղող և բանան:

Առաապել,  թե փաստ

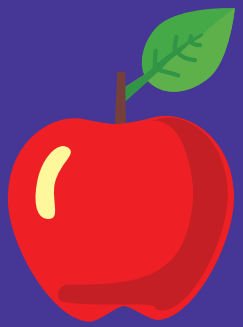
Եթե արյան մեջ գլյուկոզայի (շաքարի) մակարդակն իջել է նորմալ մակարդակի, ուրեմն Դուք բուժվել եք շաքարային դիաբետից:

Առասպել,  թե փաստ

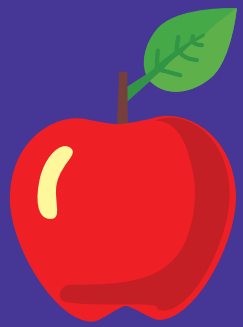
Շաքարային դիաբետի դեպքում չի կարելի ալկոհոլ օգտագործել:

Առասպել,  թե փաստ

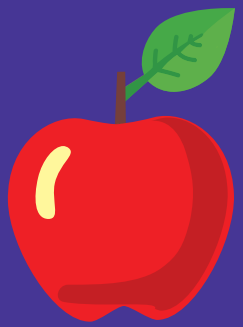
Ուշ երեկոյան սնվելն առաջացնում է քաշի ավելացում:

Առաապել,  թե փաստ

«Թեթև շաքարային դիաբետ» հասկացություն գոյություն չունի:

Առասպել,  թե փաստ

Շաքարային դիաբետի դեպքում կարելի է վարել բնականոն կյանք:

Առաապեի,  թե փաստ

Տիպ 2 ԾԴ-ն, լինելով գաղտնի հիվանդություն, հաճախ կարող է չարտահայտվել և ընթանալ առանց ախտանիշների:

Շաքարային դիաբետի բարդություններ

<u>Երիկամների ախտահարում</u>

Արյան մեջ գլյուկոզայի ավելցուկը կարող է վնասել մանր երիկամային անոթները: Դրանց ախտահարման ժամանակ առաջանում է երիկամների գործառույթների խախտում, մեզի հետ կարող է արտաթորվել սպիտակուց (ալբումին): Դա կարող է լինել երիկամային աշխատանքի խաթարման սկզբնական ախտանիշ: Նման բարդությունը կոչվում է դիաբետային նեֆրոպաթիա:

Շաքարային դիաբետի բարդություններ

<u>Դիաբետիկ նեյրոպաթիան</u>
ենթադրում է նյարդային մանրաթելերի վնասում ամբողջ օրգանիզմում: Նեյրոպաթիայի այս տեսակը կարող է առաջացնել նաև սեռական գործառույթի խախտում:

Շաքարային դիաբետի բարդություններ

<u>Աչքերի ախտահարում</u>

ՇԴ ունեցող մարդկանց մոտ ակնային բարդությունների զարգացման մեծ վտանգ կա, որը կրում է դիաբետիկ ռետինոպաթիա անվանումը և ուղեկցվում է աչքերի տեսողական մասի անոթների ախտահարմամբ, ինչը կարող է հանգեցնել տեսողության թուլացման և կուրության:

Շաքարային դիաբետի բարդություններ

Ոտքերի, հատկապես՝ ոտնաթաթերի ախտահարում

ՇԴ ունեցող մարդկանց մոտ կարող են առաջանալ բազմաթիվ խնդիրներ՝ կապված ոտքերի հետ: Դրանք ավելի հաճախ առաջանում են ոտնաթաթերի մասում նյարդային մանրաթելերի վնասվածքների պատճառով կամ արյան համակարգի խանգարման հետևանքով:

Շաքարային դիաբետի բարդություններ

Դեպրեսիա

Ժամանակ առ ժամանակ ելնելով հանգամանքներից ճնշվածության զգացումը բավականին նորմալ երևույթ է: Բայց որոշ մարդկանց մոտ տխրության զգացումը չի անցնում: Կյանքը թվում է անհույս: Երկու և ավելի շաբաթվա ընթացքում նման վիճակի պահպանումը լրջագույն դեպրեսիայի հատկանիշ է:

Նպատակային հետազոտություններ

<u>Գլիկեմիան և գլիկոզիլացված հեմոգլոբին</u>

5.5 մմոլ/լ (100 մգ/դլ)-ից պակաս, քաղցած՝ սնունդ ընդունելուց առաջ:

7.8 մմոլ/լ (140մգ/դլ)-ից ոչ ավելի, սնունդ ընդունելուց երկու ժամ անց:

HbA1c 7%1-ից պակաս գլյուկոզայի և գլիկոզիլացված հեմոգլոբինի մակարդակն արյան մեջ:

Նպատակային հետազոտություններ

<u>Լիպիդների (խոլեստերինի) մակարդակը արյան մեջ</u>

Ընդհանուր խոլեստերինը 4.5 մմոլ/լ (175մգ/դլ)-ից ցածր է: ՑԽԼՊ (ցածր խտության լիպոպրոտեիններ) 2.5 (100 մգ/ դլ)-ից ցածր, կամ առնվազն նվազեցվի 50%-ով: ԲԽԼՊ (բարձր խտության լիպոպրոտեիններ) 1.0 մմոլ/լ (35մգ/ դլ) տղամարդկանց մոտ և 1.2 մմոլ/լ (46մգ/դլ)-ից բարձր կանանց մոտ: Տրիգլիցերիդները 1.7 մմոլ/լ (150 մգ/դլ)-ից ցածր:

Նպատակային հետազոտություններ

Զարկերակային ճնշում

130/ 80 մմ/ սնդիկից ցածր զարկերակային ճնշում:

Նպատակային հետազոտություններ

Որովայնի շրջագիծ

**Տղամարդկանց գոտկատեղի 94 սմ-ից պակաս,
կանանց՝ 80 սմ-ից պակաս շրջագիծ:**