

ՆԱԽԱԴԻԱԲԵՏ

ՏԵՍԱՆՅՈՒԹԵՐ



ՌԻՍԿԻ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐ

- տարիքը՝ 40-ից բարձր
- ավելորդ քաշ և/կամ գիրություն
- ֆիզիկական ցածր ակտիվություն
- ժառանգական նախատրամադրվածություն (ծնողներ, քույր, եղբայր՝ երկրորդ տիպի շաքարային դիաբետով)
- սիրտ-անոթային հիվանդություններ
- զարկերակային հիպերտենզիա (բարձր ճնշում)
- ձվարանների պոլիկիստոզ համախտանիշ
- գեստացիոն (հղիների) շաքարախտ անամնեզում
- ոչ ալկոհոլային լյարդի ստեատոզ (լյարդի ֆունկցիայի խանգարում)
- դիսլիպիդեմիա
- վնասակար սովորություններ

ՆԱԽԱԴԻԱԲԵՏ

Նախադիաբետը տերմին է, որը բնութագրում է այն վիճակը, երբ գլիկեմիայի (արյան մեջ շաքարի) ցուցանիշները գտնվում են առողջ նորմայի և դիաբետի ցուցանիշների միջակայքում: Նախադիաբետն ընդգրկում է սոված գլիկեմիայի (սոված վիճակում արյան մեջ շաքարի) ցուցանիշի և գլյուկոզայի նկատմամբ տուլերանտության (տանելիության) խանգարումները:

ՀԻՇԵՔ.

- Նախադիաբետի դեպքում բացակայում են կլինիկական ախտանիշները, սակայն մեծանում է երկրորդ տիպի շաքարային դիաբետի կամ սիրտ-անոթային հիվանդությունների զարգացման ռիսկը,
- հնարավոր է նախադիաբետի հետզարգացումը,
- Նախադիաբետով հիվանդների վարման և բուժման հիմնական նպատակը երկրորդ տիպի շաքարախտի և սիրտ-անոթային բարդությունների զարգացման կանխարգելումն է:

ԱՄԲՈՂՋԱԿԱՆ ՄԱՋԱՆՈՐԱՅԻՆ ԱՐՅՈՒՆ

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $\geq 6,1$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $\geq 11,1$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c \geq 6,5\%$

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $\geq 5,6$ ՄՄՈԼ/Լ և $< 6,1$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $< 11,1$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c [5,7-6,4\%]$

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $< 5,6$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $< 7,8$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c < 5,7\%$

ԵՐԱՎԱՅԻՆ ԱՐՅՈՒՆ

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $\geq 7,0$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $\geq 11,1$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c \geq 6,5\%$

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $\geq 6,1$ ՄՄՈԼ/Լ և $< 7,0$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $< 11,1$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c [5,7-6,4\%]$

ՍՈՎԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ $< 6,1$ ՄՄՈԼ/Լ
ՈՒՏԵԼՈՒՑ 2 ժԱՄ ԱՆՑ $< 7,8$ ՄՄՈԼ/Լ
 $HbA1c < 5,7\%$

ՇԱՔԱՐԱՅԻՆ
ԴԻԱԲԵՏ

ՆԱԽԱԴԻԱԲԵՏ

ՆՈՐՄԱ



Առողջ սննդակարգը, ֆիզիկական ակտիվությունը և քաշի իջեցումը կարող են նվազեցնել երկրորդ տիպի շաքարային դիաբետի զարգացման ռիսկը 56 %-ով: