

В эфире программы «О самом главном» доктор Александр Мясников ответил на главные вопросы, связанные с диабетом.

Мясников отметил, что болезнь это пожизненная, которая, так или иначе, сведет человека в могилу. Причем причиной гибели может стать даже не сам диабет, а связанные с ним осложнения: онкологические болезни, микрососудистые проблемы — инфаркты и инсульты, болезни глаз и почек. «Вы не можете эту болезнь вылечить. Но можно остановить разрушающее действие болезни и остаться активным. А выход только один — лекарства. Поэтому повышен ли у вас сахар или в норме, препараты должны быть пожизненно», — пояснил Мясников.

Если на фоне лечения у человека сахар остается высоким, значит, надо подбирать другую терапию. Если же при диабете сахар у вас в норме, это означает, что вы используете правильный комплект лекарств, пояснил медик.

Зелень для здоровья. Назван перечень овощей, помогающих при предиабете Подробнее

Сегодня с таким диагнозом живут полмиллиарда человек во всем мире — в целом пациентами с диабетом можно заселить такую страну, как Канада, рассказал врач.

«Если не лечить диабет, то последствия будут в виде слепоты, сосудистой деменции, гипертонии и т.д. При диагнозе „диабет“ сразу же назначают препараты, а затем уже корректируют питание и думают о других лекарствах. Причем метформин назначают сразу даже не для коррекции сахара, а для профилактики осложнений — инфарктов, инсультов и онкопатологий», — говорит Мясников.

Кроме анализа крови на уровень глюкозы крови, диабетикам должны посещать окулиста, кардиолога. «Изменения на глазном дне появляются раньше других симптомов. И нужно 2–3 года, чтобы эти изменения появились в глазах», — подчеркнул Мясников. Он пояснил, что на свете 50 миллионов слепых, среди которых 80% — диабетика.

Также необходимо проверять работу почек. «У всех диабетиков в той или иной мере отмечается снижение скорости клубочковой фильтрации. Мочу надо проверять и на альбумин. Потому что изменение этого показателя указывает на то, что к почкам требуется двойное внимание», — говорит Мясников.

Естественно, следует смотреть и за состоянием сосудов сердца.

Защищая сердце и сосуды. Какие новые лекарства созданы для лечения диабета?

## Подробнее

Мясников пояснил, что испуг перед уколами инсулина надуманный. И если врач предлагает, то отказываться от них нельзя.

Конечно же, избавляться от избыточного веса надо во всех частях тела. Но начинать следует с живота. «Большой живот — признак резистентности к инсулину. Отложение в центральной части сальника внутри — это не подкожный жир, а то самое вредное, что и является преддиабетом», — рассказал врач.

Кроме того, диабетикам обязательно следует заниматься физнагрузками. Это поможет бороться с резистентностью к инсулину. И, конечно же, людям с таким диагнозом нельзя пропускать завтраки.

При подготовке материала использованы следующие источники:

О самом главном