

Диагностика сахарного диабета



| Название комплекса | |
|--------------------|---------------------------------|
| 245.121 | Контроль диабета: рекомендуемый |
| 203.104 | Глюкоза |
| 203.106 | Гликированный гемоглобин |
| 203.401 | Триглицериды |
| 203.402 | Холестерол общий |
| 203.403 | Холестерол-ЛПВП |
| 203.404 | Холестерол-ЛПНП |
| 203.107 | Креатинин |
| 203.112 | Гомоцистеин |
| 208.001 | Альбумин |
| 208.002 | Проба Реберга |
| 208.007 | Глюкоза в моче |
| 245.122 | Контроль диабета: минимальный |
| 203.104 | Глюкоза |
| 203.106 | Гликированный гемоглобин |

Сахарный диабет – системное заболевание, проявлением которого является повышенное содержание глюкозы в крови. Избыток сахара приводит к поражению стенок сосудов практически всех органов и сказывается на их функциональном состоянии. Безответственное отношение к своему здоровью часто заканчивается развитием «сосудистых катастроф» - инсультом и инфарктом миокарда - осложнениями длительно текущего сахарного диабета.

Факторы риска развития сахарного диабета:

1. малоподвижный образ жизни
2. наследственность
3. роды крупным плодом (более 4 кг)
4. сахарный диабет беременных
5. повышенное артериальное давление
6. синдром поликистозных яичников
7. гликированный гемоглобин более 5.6%
8. сердечно-сосудистые заболевания

American Diabetes Association рекомендует проводить исследования **глюкозы и гликированного гемоглобина** **каждый год**. Сахарный диабет ассоциирован с нарушением жирового обмена, поэтому ежегодно необходимо оценивать и показатели липидного обмена.

Опросник для пациентов: Есть ли у Вас предиабет или сахарный диабет?

Инструкция: Ответьте на все 8 вопросов. Для каждого вопроса выберите 1 правильный ответ и отметьте его. Сложите все баллы, соответствующие Вашим ответам на вопросы. Используйте Ваш суммарный балл для определения Вашего риска развития сахарного диабета или предиабета.

Передайте заполненный вопросник Вашему врачу/медсестре и попросите их объяснить Вам результаты вопросника.

ОПРОСНИК

1. Возраст До 45 лет 0 баллов
45 – 54 года 2 балла
55-64 года 3 балла
старше 65 лет 4 балла
2. Индекс массы тела Индекс массы тела позволяет выявить наличие у вас избыточного веса или ожирения. Вы можете подсчитать свой индекс массы тела сами: Вес, кг : (рост, м)² = кг/м²
Ниже 25 кг/м² 0 баллов
25-30 кг/м² 1 балл
Больше 30 кг/м² 3 балла
3. Окружность талии Окружность талии также указывает на наличие у Вас избыточного веса или ожирения. Измеряется окружность талии под ребрами на уровне пупка.
Мужчины Женщины
 Меньше, чем 94см Меньше, чем 80см 0 баллов
 94-102см 80-88 см 3 балла
 Больше 102см Больше 88 см 4 балла
4. Как часто Вы едите овощи, фрукты или ягоды?
 Каждый день 0 баллов
 Не каждый день 1 балл
5. Занимаетесь ли Вы физическими упражнениями регулярно?
Делаете ли вы физические упражнения по 30 минут каждый день или 3 часа в течение недели? Да 0 баллов Нет 2 балла
Принимали ли Вы когда-либо регулярно лекарства для снижения артериального давления? Нет 0 баллов Да 2 балла
6. Определяли ли у Вас когда-либо уровень глюкозы (сахара) крови выше нормы (на проф. осмотрах, во время болезни или беременности)?
 Нет 0 баллов
 Да 5 баллов
8. Был ли у Ваших родственников сахарный диабет 1 или 2 типа?
 Нет 0 баллов
 Да:
дедушка/бабушка,
тетя/дядя, двоюродные
братья/сестры 2 балла
 Да:
родители,
брат/сестра,
собственный ребенок 5 баллов

Если Вы набрали менее 12 баллов, у Вас хорошее здоровье и Вы должны продолжать здоровый образ жизни.

Если Вы набрали 12-14 баллов, у вас возможен предиабет. Вы должны поинтересоваться у вашего врача об изменении образа жизни.

Если Вы набрали 15 – 20 баллов, у вас возможен предиабет или сахарный диабет 2 типа. Вам желательно проверить свой уровень глюкозы (сахара) крови. Вы должны изменить свой образ жизни, а возможно Вам понадобятся и лекарства для контроля уровня глюкозы в крови.

Если вы набрали более 20 баллов, по всей вероятности у Вас есть сахарный диабет 2 типа. Вы должны проверить и контролировать свой уровень глюкозы (сахара) крови. Вы должны изменить свой образ жизни и Вам понадобятся и лекарства для контроля уровня глюкозы в крови