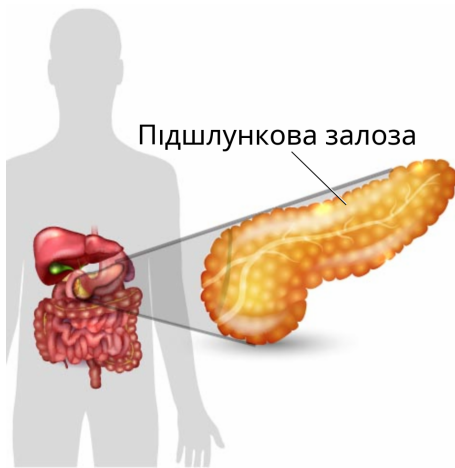


Цукровий діабет 1 типу, діагноз, дорослі

Вступ

Діабет 1 типу (*цукровий діабет 1 типу*) — це тривале або хронічне захворювання. Він виникає, коли клітини підшлункової залози (*бета-клітини*), які виробляють гормон під назвою інсулін, руйнуються. Як правило, інсулін дозволяє цукру в крові, який також називається глюкозою, проникати в клітини організму. Клітини використовують глюкозу для отримання енергії. Недостатня кількість інсуліну призводить до накопичення надлишку глюкози в крові замість того, щоб потрапити в клітини. В результаті розвивається високий рівень глюкози в крові або гіперглікемія.

На даний час немає ліків від діабету 1 типу, але його можна лікувати за допомогою інсулінотерапії та зміни способу життя.



Які причини?

Точна причина діабету 1 типу невідома.

Що підвищує ризик?

У Вас може бути більша ймовірність розвитку цього захворювання, якщо у Вас є член сім'ї, який хворіє на діабет 1 типу. Інші фактори також можуть підвищити ймовірність розвитку діабету 1 типу, наприклад:

- наявність гена діабету 1 типу, який передається від батьків дитині (*успадковується*).
- наявність аутоімунних захворювань. Це захворювання, при яких система організму, що бореться із захворюванням (*імунна система*), атакує саму себе.
- вплив певних вірусів.
- життя в районі з холодними погодними умовами.

Які ознаки або симптоми?

Симптоми можуть розвиватися повільно протягом днів або тижнів або можуть розвинутися раптово. Симптоми можуть включати:

- підвищену спрагу або голод.
- підвищене сечовипускання або підвищене сечовипускання вночі.
- раптову або незрозумілу зміну ваги.
- стомлюваність (*підвищена втомлюваність*) або слабкість.
- зміни зору, такі як нечіткість зору.

Як це діагностується?

Це захворювання діагностується на основі Ваших симптомів, Вашої історії хвороби, фізикального обстеження та Вашого рівня глюкози в крові. Ваш рівень глюкози в крові можна перевірити за допомогою одного або декількох з наступних аналізів крові:

- аналіз рівню глюкози в крові натще (ГКН). Вам не можна буде їсти (Ви будете *утримуватися від прийому їжі*) протягом 8 годин або довше перед взяттям зразка крові.
- випадковий аналіз рівня глюкози в крові. Він перевіряє рівень глюкози в крові в будь-який час дня, незалежно від того, коли Ви їли.
- аналіз крові на А1С (*гемоглобін А1С*). Він надає інформацію про контроль рівня глюкози в крові за останні 2-3 місяці.

У Вас може бути діагностований діабет 1 типу, якщо:

- Ваш рівень ГКН становить 126 мг/дл (7 ммоль/л) або вище.
- Ваш довільний рівень глюкози в крові становить 200 мг/дл (11,1 ммоль/л) або вище.
- Ваш рівень гемоглобіну А1С становить 6,5 % або вище.

Ці аналізи крові можуть бути проведені повторно для підтвердження Вашого діагнозу.



Як це лікується?

Це захворювання може контролювати фахівець, який називається ендокринологом. Вам може допомогти лікування діабету 1 типу, якщо Ви будете дотримуватися інструкцій Вашого лікаря щодо:

- щоденного застосування інсуліну. Це допомагає підтримувати Ваш рівень глюкози в крові у нормальному діапазоні.
- прийому лікарських препаратів для профілактики ускладнень діабету. До них можуть належати:
 - о аспірин.
 - о лікарські препарати для зниження рівня холестерину.
 - о лікарські препарати для контролю артеріального тиску.
- перевірки Вашого рівня глюкози в крові так часто, як вказано.
- внесення змін у харчування та спосіб життя. До них можуть належати:
 - о дотримання індивідуального плану харчування, розробленого зареєстрованим дієтологом.
 - о регулярне виконання фізичних вправ.
 - о пошук способів впоратися зі стресом.

Ваш лікар встановить для Вас індивідуальні цілі лікування. Ваші цілі будуть ґрунтуватися на Вашому віці, інших захворюваннях, які у Вас є, та Вашій реакції на лікування діабету. Загалом метою лікування є підтримання наступних рівнів глюкози в крові:

- перед прийомом їжі (*перед їжею*): 80-130 мг/дл (4,4-7,2 ммоль/л).
- після прийому їжі (*після їжі*): нижче 180 мг/дл (10 ммоль/л).
- рівень гемоглобіну А1С: менше 7 %.

Вдома дотримуйтеся цих інструкцій:

Запитання для Вашого лікаря

Розгляньте можливість поставити наступні запитання:

- Чи потрібно мені зустрітися із сертифікованим спеціалістом з лікування діабету та навчання хворих на діабет?
- Чи слід мені розглянути можливість приєднання до групи підтримки людей із діабетом?
- Яке обладнання мені буде потрібне для лікування діабету вдома?
- Які лікарські препарати від діабету мені слід приймати і коли?
- Як часто мені слід перевіряти рівень глюкози в крові?
- На який номер мені слід зателефонувати, якщо у мене виникнуть запитання?
- Коли мій наступний візит до лікаря?

Загальні інструкції

- Приймайте безрецептурні та рецептурні лікарські препарати лише згідно із вказівками Вашого лікаря.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження згідно із вказівками Вашого лікаря. Це важливо.

Зверніться до лікаря, якщо:

- Ваш рівень глюкози в крові перевищує 240 мг/дл (13,3 ммоль/л) протягом 2 днів поспіль.
- Ви хворі або у Вас була лихоманка протягом 2 днів або більше, і Вам не стає краще.
- У Вас є будь-яка з наступних проблем протягом понад 6 годин:
 - Ви не можете їсти або пити.
 - у Вас нудота та блювання.
 - у Вас діарея.

Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ваш рівень глюкози в крові нижче 54 мг/дл (3 ммоль/л).
- Ви спантеличені або Вам важко чітко мислити.
- у Вас утруднене дихання.

Ці симптоми можуть вказувати на серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної медичної допомоги. Не їдьте самі у лікарню.

Підсумок

- Діабет 1 типу (*цукровий діабет 1 типу*) — це тривале або хронічне захворювання. Він виникає, коли клітини підшлункової залози (*бета-клітини*), які виробляють гормон під назвою інсулін, руйнуються. На даний час немає ліків від діабету 1 типу.
- Точна причина діабету 1 типу невідома.
- Це захворювання лікується шляхом застосування інсуліну та інших лікарських препаратів для профілактики ускладнень діабету. Зміни у харчуванні та способі життя також є частиною лікування.
- Ваш лікар встановить для Вас індивідуальні цілі лікування. Ваші цілі будуть ґрунтуватися на Вашому віці, інших захворюваннях, які у Вас є, та Вашій реакції на лікування діабету.