



[takzdorovo.ru](http://takzdorovo.ru)



[gcmp.ru](http://gcmp.ru)



**ПРЕДУПРЕДИТЕ  
РАЗВИТИЕ САХАРНОГО  
ДИАБЕТА 2 ТИПА**



takzdorovo.ru



gcmp.ru

## С ЦЕЛЬЮ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ САХАРНОГО ДИАБЕТА, А ТАКЖЕ ФАКТОРОВ РИСКА ЕГО РАЗВИТИЯ:

- **взрослым** необходимо своевременно проходить профилактические осмотры и диспансеризацию
- **детям** ежегодно проходить профилактические медицинские осмотры





takzdorovo.ru



gcmp.ru

## ДИАГНОСТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА 2 ТИПА:

- глюкоза в венозной крови  $> 7,0$  ммоль/л — возможное наличие сахарного диабета
- проведение глюкозотолерантного теста — подтверждение наличия сахарного диабета





takzdorovo.ru



gcmp.ru

## **БЕЗ ЛЕЧЕНИЯ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ ПРОГРЕССИРУЕТ И ПРИВОДИТ К ТЯЖЁЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ:**

- поражение нервной системы
- ухудшение зрения (вплоть до слепоты)
- инфаркт, инсульт
- почечная недостаточность
- гангрена, ампутация конечностей







takzdorovo.ru



gcmp.ru

## СИМПТОМЫ ДИАБЕТА:

- постоянная жажда, сухость во рту
- повышенная утомляемость, слабость
- ухудшение зрения
- частое мочеиспускание
- плохо заживающие раны, расчёсы на коже
- частая молочница у женщин



## ПРЕДУПРЕДИТЕ РАЗВИТИЕ САХАРНОГО ДИАБЕТА 2 ТИПА:

- ешьте здоровую пищу
- будьте физически активными
- избегайте набора лишнего веса
- контролируйте уровень глюкозы в крови (менее 5,5 ммоль/л)
- соблюдайте медицинские назначения

**ПРОФИЛАКТИКА СНИЖАЕТ РИСК  
РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ**



takzdorovo.ru



gcmp.ru

18+



takzdorovo.ru



gcmp.ru



Поделись информацией  
с друзьями и близкими

