



ФИЛИАЛ В ГОРОДЕ СУРГУТЕ
БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

ул. Григория Кукуевецкого, 12/1 г. Сургут,
Тюменская область, Ханты-Мансийский
автономный округ – Югра, 628413
тел./ факс 95-12-01
E-mail: sgt@cmphmao.ru
WEB-сайт: <http://cmphmao.ru/>

30 октября 2019 г

Месячник борьбы с сахарным диабетом стартует в Югре в ноябре 2019 года.

Сегодня во всем мире насчитывается 422 000 000 человек, больных диабетом, и 80 процентов из них проживают в странах со средним и низким уровнем дохода населения. По прогнозам врачей и ученых, к 2030 году «сахарная» болезнь будет занимать 7 место среди причин смертности.

Врачи выделяют два типа сахарного диабета: первый тип менее распространен, и возникает из-за недостаточной выработки инсулина поджелудочной железой. Начинается в основном в юном возрасте - у детей и молодежи - за что и получил название «ювенильный диабет». Родителям надо бить тревогу, если ребенок испытывает постоянную жажду (пьет, но не может напиться), часто ходит в туалет, хорошо кушает и при этом худеет, быстро устает и постоянно хочет спать. Важно обратиться к врачу и пройти обследование, потому что в запущенной форме диабет приводит к инвалидности и смерти.

На долю второго типа приходится почти 90 процентов случаев диабета, и чаще всего он начинается у людей в возрасте 40 лет и старше. Возникает из-за того, что организм теряет чувствительность к инсулину.

Предотвратить возникновение диабета под силу любому человеку. Во-первых, нужно исключить факторы риска: вредные привычки, ожирение, инфекционные заболевания, болезни сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, артериальная гипертензия), частые нервные стрессы. Особенно это касается тех, у кого есть или были родственники с сахарной болезнью. Во-вторых, необходимо следить за питанием (побольше клетчатки, поменьше углеводистой пищи), заниматься физической культурой, соблюдать режим труда и отдыха (излишние нагрузки ни к чему), проходить диспансеризацию и профилактические осмотры.

Подробнее о профилактике и жизни с сахарным диабетом сургутяне узнают в ноябре 2019 года. В рамках месячника в городе пройдут общественные мероприятия, направленные на повышение информированности, тематические занятия для школьников и семинары для сотрудников образовательных организаций. В медицинских организациях будут оформлены «Уголки здоровья», в общественном транспорте и кинозале «Галерея кино» состоятся трансляции социальной рекламы.

БУ «Центр медицинской профилактики» филиал в г. Сургуте