

Витебский Областной Детский Клинический Центр

**Статья: «Сахарный диабет у детей. Основные симптомы,
причины и профилактика»**

Подготовила: врач-эндокринолог

УЗ «ВОДКЦ» ОКДП

Боровко М. М.



Международной диабетической федерацией с 1991 года введен Всемирный день борьбы с диабетом для регулирования борьбы с диабетом во всем мире, а с 2007 года он проводится под эгидой ООН. **14 ноября** выбрано не случайно. Именно в этот день в 1891 году родился Фредерик Бантинг – ученый, который впервые применил инсулин для лечения сахарного диабета, что спасло миллиарды жизней.

Целью проведения Дня борьбы с диабетом является повышение осведомленности населения о данном заболевании. **Сахарный диабет (СД) является одним из самых распространённых эндокринных заболеваний.** Им болеют свыше 150 млн. человек во всём мире, и число больных возрастает с каждым годом. Беспокоит то, что сахарный диабет 2 типа всё больше охватывает и население Республики Беларусь.

Что представляет собой сахарный диабет?

Сахарный диабет – это хроническое заболевание эндокринной системы, сопровождающееся повышением уровня глюкозы в крови, обусловленным абсолютной или относительной недостаточностью инсулина.

Актуальность темы сахарного диабета обусловлена распространённостью, а также тяжестью последствий. Известно, что у пациентов, страдающих сахарным диабетом, риск развития инфаркта миокарда увеличен в 2-4 раза, болезни почек – в 17 раз, гангрены – в 20 раз. Кроме того, заболевание часто является причиной слепоты.

Диабет у детей занимает второе место по распространенности среди хронических заболеваний. Он вызывает больше проблем, чем повышенный сахар в крови у взрослых. Потому что ребенку, у которого нарушен обмен глюкозы, сложно психологически адаптироваться и занять достойное место в коллективе сверстников.

Симптомы, признаки диабета у ребенка

Симптомы и признаки диабета у детей, как правило, нарастают быстро, в течение недель.

Признаки диабета у детей

Постоянная жажда Дети, которые заболели диабетом 1 типа, а лечиться еще не начали, испытывают постоянную жажду. Потому что когда сахар высокий, организм вытягивает воду из клеток и тканей, чтобы разбавить глюкозу в крови. Ребенок может пить необычно много чистой воды, чая или сладких напитков.

Частые позывы к мочеиспусканию Жидкость, которую диабетик пьет в избытке, нужно выводить из организма. Поэтому ребенок будет ходить в туалет чаще обычного. Возможно, ему нужно будет выйти в туалет с уроков несколько раз в течение дня. Это привлечет внимание учителей и одноклассников. Если ребенок начал писаться ночью, а раньше его постель была сухой, — этостораживающий признак.

Необычное похудение Тело ребенка, заболевшего диабетом, потеряло способность использовать глюкозу в качестве источника энергии. Поэтому оно сжигает свои жиры и мышцы. Вместо того, чтобы расти и прибавлять в весе, ребенок наоборот худеет и слабеет. Похудение обычно бывает внезапным и быстрым.

Хроническая усталость Ребенок может чувствовать постоянную вялость, слабость, потому что из-за нехватки инсулина он не может превращать глюкозу в энергию. Ткани и внутренние органы страдают от нехватки топлива, посылают тревожные сигналы, и это вызывает хроническую усталость.

Сильный голод Организм ребенка, больного диабетом 1 типа, не может нормально усваивать пищу и насытиться. Поэтому больной все время голоден, несмотря на то, что ест много. Однако бывает и наоборот — аппетит падает. Это симптом диабетического кетоацидоза — острого осложнения, опасного для жизни.

Нарушения зрения Повышенный сахар в крови вызывает обезвоживание

тканей, в т. ч. хрусталика глаза. Это может проявляться туманом в глазах или другими нарушениями зрения. Однако маленький ребенок вряд ли обратит на это внимание. Потому что он еще не знает, как отличить нормальное зрение от нарушенного, особенно если не умеет читать.

Грибковые инфекции

У девочек, заболевших диабетом 1 типа, может развиться молочница. Грибковые инфекции у младенцев вызывают тяжелые опрелости, которые проходят, лишь когда сахар в крови удастся понизить до нормы.

Диабетической кетоацидоз

Острое осложнение, несущее угрозу для жизни. Его симптомы — тошнота, боль в животе, быстрое прерывистое дыхание, запах ацетона изо рта, утомляемость. Если не принять меры, диабетик потеряет сознание и умрет, причем это может случиться быстро. [Диабетической кетоацидоз](#) требует неотложной медицинской помощи.

К сожалению, диабет 1 типа обычно начинается с того, что ребенок попадает в реанимацию с кетоацидозом. Потому что родители игнорируют симптомы — надеются, что само пройдет. Если вовремя обратить внимание настораживающие признаки, измерить сахар в крови и принять меры, то можно избежать «приключений» в отделении интенсивной терапии.

Обратитесь к врачу, как только заметили у ребенка хотя бы некоторые симптомы, перечисленные выше. Диабет у детей — это тяжелое заболевание, но не катастрофа. Его можно хорошо контролировать и гарантированно предотвратить осложнения. Ребенок и его семья могут вести нормальный образ жизни. Все мероприятия по контролю диабета занимают не более 10-15 минут в день. Нет причин, чтобы впасть в отчаяние.

Причины

Точные причины диабета 1 типа у детей и взрослых на сегодняшний день еще не известны. Иммунная система предназначена для того, чтобы уничтожать опасные бактерии и вирусы. Почему-то она начинает атаковать и разрушать бета-клетки поджелудочной железы, которые вырабатывают инсулин. Генетика во многом определяет предрасположенность к диабету 1 типа. Перенесенная вирусная инфекция (краснуха, грипп, ветряная оспа и ОРЗ), а также стресс часто оказывается пусковым механизмом начала болезни.

Профилактика

В настоящее время ученые работают над созданием действенных методов профилактики диабета у детей. Еще одно важное направление — стараются сохранить живыми часть бета-клеток у больных, которым недавно поставили диагноз. Большинство факторов риска диабета 1 типа устранить невозможно, но некоторые находятся под контролем родителей. Не спешите начинать прикормку младенца. Рекомендуется, чтобы до 6 месяцев ребенок питался только грудным молоком. Предполагается, что искусственное вскармливание повышает риск инсулин-зависимого диабета, но это официально не доказано. Позаботьтесь об обеспечении чистой питьевой водой. Не пытайтесь создать стерильную обстановку, чтобы защитить ребенка от вирусов, — это бесполезно. Витамин D можно давать только по согласованию с врачом, его передозировка нежелательна. Питание ребёнка должно быть сбалансированным по белкам, жирам и углеводам в соотношении 1:1:4. В питании должны использоваться продукты с «хорошими» (медленными) углеводами, которые не вызывают значительного повышения сахара в крови: каши, хлеб из цельного зерна, молочные продукты, большинство фруктов и овощей. Необходимо меньше употреблять «плохие» (быстрые) углеводы: пирожные, конфеты, печенье, газированные напитки и продукты быстрого приготовления.

Здоровье ваших детей во многом зависит от Вас, родители!

Будьте здоровы Вы и ваши дети!