

Сахарный диабет - дефицит инсулина

Сладкая угроза

Сахарный диабет (СД) — широко распространенное эндокринное заболевание, связанное с недостаточным усвоением глюкозы из-за дефицита в организме инсулина или снижения его действия. При СД I типа, или ювенильном (юношеском, врожденном, инсулинозависимом), поджелудочная железа вырабатывает мало сахароснижающего гормона (гипоинсулинизм). При СД II типа (инсулинонезависимом, приобретенном или диабете пожилых) инсулина в организме достаточно, но он не выполняет свои функции должным образом: либо сам гормон некачественный, либо рецепторы клеток перестроились и не воспринимают его команды. Такое состояние называют инсулиновой резистентностью.

Как бы то ни было, главный признак сахарного диабета любого типа — повышенный уровень глюкозы в крови (гипергликемия).

Статистика

В мире насчитывается 150 млн. больных СД, причем каждые пятнадцать лет их количество удваивается. Это заболевание стоит на третьем (!) месте среди наиболее частых причин смертности на планете. В России им страдают около

8 млн. человек, и в группах риска (ожирение, ишемическая болезнь сердца, стресс и др.) скрытый или явный диабет обнаруживают в два-три раза чаще регистрируемого по обращаемости. Стремительное увеличение больных СД, тяжелые осложнения и трудности лечения — не только медицинская, но и социальная проблема.

Микроэлементы

Над решением этой задачи сейчас бьются многие медики, и в последнее время большие успехи в лечении СД были достигнуты благодаря той отрасли молекулярной медицины, которую принято называть микроэlementологией. Именно знания о влиянии микроэлементов (то есть элементов, содержащихся в нашем организме в крайне малом, микроскопическом количестве) на процессы, происходящие в организме, позволяют существенно снизить риск возникновения сахарного диабета и во многих случаях излечить его. Напомним, что микроэлементы в организме не синтезируются. Они поступают с пищей, водой, воздухом, а к новорожденному ребенку — с молоком матери.

Дефицит микроэлементов играет большую роль в развитии СД. Например, магний — основополагающая константа здоровья человека. При его недостатке развивается дисгликемия, увеличивающая риск возникновения СД I типа. Нехватка элемента приводит к нарушению обмена марганца, отвечающего за доставку к тканям инсулина.

В последнее время стало известно, что дефицит ванадия также повышает риск заболевания сахарным диабетом. А если в организме не хватает хрома, может возникнуть гиперинсулинизм, при котором в крови содержится избыток инсулина, а уровень глюкозы снижается до критической величины. Однако чаще всего гиперинсулинизм сопровождает раннюю стадию СД. Со временем чувствительность к глюкозе нарушается, и болезнь переходит в следующую стадию, характеризующуюся недостаточной выработкой инсулина — гипоинсулинизмом.

Таким образом, при дефиците хрома может развиваться сахарный диабет, спровоцированный избытком инсулина в крови. При этом в анализах крови, взятых натощак, будет очень низкий уровень глюкозы, а врач, не разобравшись в ситуации, порекомендует вам увеличить сахар в рационе. Этого нельзя делать ни в коем случае! Чтобы проверить, больны вы диабетом или нет, нужно сдать кровь на сахар через час после еды или пройти специальный тест на определение гликозилированного гемоглобина, который позволит судить об углеводном обмене за последние три месяца. Если хрома вам действительно не хватает, результаты оставят желать лучшего, а прием этого элемента приведет к улучшению лабораторных показателей.

Отдельного разговора заслуживает цинк. Он содержится в тканях поджелудочной железы, участвует в выработке инсулина, а значит, играет важную роль в нормализации уровня глюкозы в крови. Впрочем, роль в углеводном обмене каждого из упомянутых микроэлементов невозможно переоценить: они дополняют друг друга, снижая риск возникновения СД.

Микроэлементы участвуют также в обмене аминокислот, регулирующих содержание глюкозы, в частности аргинина и таурина, нормализующих белковый обмен и защищающих от сосудистых поражений, заболеваний почек и других осложнений сахарного диабета.

На начальных стадиях СД больной обязательно должен получать микроэлементы и аминокислоты. Но

для их правильного назначения нужно иметь исчерпывающее представление об особенностях белкового и минерального обмена у конкретного пациента.

Факторы риска

Сахарный диабет — одно из наиболее грозных заболеваний. Имейте в виду: бить тревогу нужно не только при высоком, но и при низком уровне глюкозы в крови. Низкий сахар — ранний признак возможного диабета. В числе других факторов риска — ожирение, гиподинамия, хронический стресс и алкоголизм. Вероятность заболеть СД выше у детей, родившихся с малым (менее 2900 г) весом, страдающих аллергией и дерматитами (обычно у таких малышей имеется дефицит цинка), а также обделенных родительским вниманием.

В последние годы это заболевание все чаще развивается у подростков и студентов, которые неправильно питаются, перекусывают, а не едят, употребляют много сладких газированных напитков, чипсов и так далее.

Свет мой, волос, расскажи

Главный путь к «сахарному» здоровью — профилактика, которую следует начинать с построения минералограммы организма, и лучше всего по волосам. Данное исследование поможет своевременно разобраться в состоянии баланса микроэлементов, обнаружить угрозу различных заболеваний и устранить ее. Анализ волос является более предпочтительным, потому что содержание микроэлементов в крови и моче меняется слишком быстро, чтобы достоверно отражать соотношение между ними в организме.

Для коррекции минерального обмена применяют ряд препаратов (ванадий, хром и магний, каждый с аминокислотой), однако воздействие на организм будет эффективнее, если принимать комплексный препарат, подобранный в соответствии с результатами анализа.

*Материал предоставлен научно-медицинским центром
«Микроэлемент».*

Источник: журнал «Красота&Здоровье»

http://kiz.ru/pages/rubrics/Article.aspx?penname=krasota_kizzdorov&theme=kizzdorov&id=4344