

Пресс-релиз к Всемирному дню борьбы против диабета – 14 ноября 2017 года

Впервые исследования, связанные с инсулином, появились в 1869. Молодой ученый исследовал поджелудочную железу с помощью недавно появившегося у него микроскопа. Он обратил внимание на странные скопления клеток. Позже их назовут островками Лангерганса. Тогда же он не знал, для чего они существуют, только предположил, что они необходимы для регуляции пищеварения. Этим клеткам Пауль Лангерганс посвятил свою докторскую диссертацию. Через двадцать лет, в 1889 году, некий физиолог Оскар Минковски решил опровергнуть все исследования о поджелудочной железе, и доказать, что она никак не связана с пищеварением. Он удалил у собаки железу, но уже через несколько дней заметил, что вместе с мочой у нее выходит и сахар. Именно тогда впервые ученые связали поджелудочную железу с сахарным диабетом.

В 1900 году Л. В. Соболев научно подтвердил, что островки Лангерганса выделяют некий гормон, который регулирует углеводные процессы в организме. Также он предложил способ получения этого гормона из новорожденных животных, так как у них островки очень хорошо развиты. Лишь в 1922 году группе ученых из Торонтского университета удалось сделать первую инъекцию инсулина 14-летнему мальчику с сахарным диабетом. Этому предшествовали годы опытов над собаками, которые основывались на исследованиях Соболева. Ученых, которые сделали этот научный прорыв, звали Бантинг, Маклеод, Бест и Коллип.

Сахарный диабет – группа заболеваний эндокринной системы, развивающихся из-за недостатка или отсутствия в организме инсулина (гормон), в результате чего значительно увеличивается уровень глюкозы (сахара) в крови (гипергликемия).

Первые признаки сахарного диабета: постоянное чувство жажды, постоянная сухость во рту, повышенное выделение мочи (повышенный диурез), повышенная сухость и сильный зуд кожи, повышенная предрасположенность к заболеваниям кожи, гнойнички, длительное заживление ран, резкое снижение или увеличение массы тела, повышенная потливость, мышечная слабость.

Для предотвращения появления сахарного диабета, специалисты рекомендуют придерживаться профилактических правил:

- следить за своим весом – не допускать появления лишних килограммов;
- вести активный образ жизни;
- правильно питаться – питаться дробно, а также стараться избегать употребления продуктов, содержащих легкоусвояемые углеводы, и делать акцент на пищу, богатую витаминами и минералами;
- контролировать артериальную гипертензию (гипертонию);
- не упускать из виду не долеченные заболевания;
- не употреблять алкогольные напитки;
- периодически контролировать уровень сахара в крови, и если что, предпринимать превентивные меры, чтобы не допустить переход гипергликемии в среднюю и тяжелую степень.

На базе государственного учреждения «Гомельский городской центр гигиены и эпидемиологии» будут организованы **«прямые» телефонные линии** специалистов отделения общественного здоровья:

- **врача-валеолога Бортновского Владимира Николаевича** по вопросам профилактики сахарного диабета **14 ноября 2017 г. с 10.00 до 12.00 по телефону 75-72-60;**

- **врача-гигиениста Зинович Аллы Ивановны** по вопросам рационального питания **14 ноября 2017 г. с 8.30 до 10.30, по телефону 25-49-06.**

*Диана Ковалева,
помощник врача-гигиениста
отделения общественного здоровья
Гомельского городского ЦГЭ*