

Вторичная профилактика и реабилитация пациентов с сахарным диабетом



Работа выполнена обучающимся
4 курса
Специальности 060501 Сестринское
дело
Очной формы обучения
Группы 41

Кронгард Викторией Александровной

Сахарный диабет -

эндокринное заболевание, связанное с относительной или абсолютной недостаточностью инсулина.

1 тип

Инсулинзависимый

- Инсулин не производится вообще или производится в очень незначительном количестве.



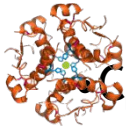
2 тип

Инсулин независимый

- Клетки невосприимчивы к инсулину.



Факторы риска

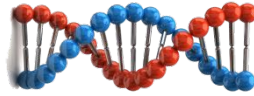


• СД 1 типа

• Семейный анамнез

• Раса

• Антитела против островковых клеток



• СД 2 типа

• АГ



• Питание



• Избыточный вес



• Малоподвижный образ жизни



• Курение



Осложнения

Острые

Поздние

Хронические

Кетоацидоз

накопление в крови кетоновых тел

Ретинопатия

поражение сетчатки глаза

Снижение

проницаемости сосудов

Гипогликемическая кома

экстремальное снижение уровня глюкозы в крови

Ангиопатия

нарушение проницаемости сосудов

Хроническая почечная недостаточность

Геперосмолярная кома

повышенное содержание в крови натрия и глюкозы

Полинейропатия

потеря чувствительности к боли и теплу в конечностях

Трофические язвы

Лактоцидотическая кома

накопление в крови молочной кислоты

Диабетическая стопа

открытые язвы, гнойные нарывы, некротические области

Поражение нервной системы



Вторичная профилактика

Цель: нормализация и удержание нормального уровня сахара крови, предотвращение осложнений



Основные принципы

Диета

Овощи



Фрукты



Нежирное мясо

Морепродукты

Чай, отвары трав, компоты



Картофель



Бананы, виноград, изюм

Жирное мясо

Макаронные изделия

Хлеб, сладкое





1 группа продуктов

Практически не повышают уровень глюкозы

Все виды овощей, стручковая фасоль, шпинат, зелень, щавель, грибы, кофе, чай, минеральная вода.



2 группа продуктов

Практически не повышают уровень глюкозы

Крупы (кроме манки и риса), печёный картофель, хлеб из грубой муки, макаронные продукты, печенье без сахара, молоко и кисломолочные продукты, фрукты.



3 группа продуктов

Сильно повышают уровень глюкозы

Сахар, пирожные, варенье, конфеты, мед, газировка, напитки с сахаром, соки без мякоти.

Витамины

Витамин Е
токоферол

Восстановление кровотока в сетчатой оболочке глаза и улучшению фильтрационной способности почек



Витамин С
аскорбиновая кислота

Укрепляет стенки сосудов, замедляет быстроту образования катаракты. Повышает сопротивляемость организма к вирусным и инфекционным заболеваниям



Витамин А
ретинол

Улучшает рост клеток, способствует повышению зрения, стимулирует иммунитет



Витамины группы В

Необходимы для нормальной работы нервной системы, улучшают обменные процессы



Микроэлементы

Селен

Предотвращает необратимые изменения во внутренних органах. Помогает снизить уровень глюкозы в крови



Цинк

Способствует улучшению репаративных функций кожных покровов, повышает иммунитет, снижает вероятность инфицирования ран



Хром

Способствует снижению потребности к сладкой пище



Марганец

Участие в выработке инсулина



ПАССИВНОЕ ПИЩЕВУСЖИИ

КОСТРОМ ПИЩЕВУСЖИИ

НАПРЯЖЕ ЛЕБОТЫ



Основные принципы

Посильная физическая нагрузка

↑ потребление глюкозы
мышцами

↓ уровня холестерина
и АД

↓ риска сердечно-
сосудистых
заболеваний



Противопоказания:

- гипергликемия 16,5 ммоль/л
- ацетонурия
- гипогликемия

Основные принципы

Нормализация психоэмоционального состояния



Основные принципы

Гигиенические мероприятия

Подбор обуви



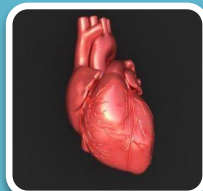
- Ортопедическая стелька
- Широкая раскрываемость
- Бесшовная
- Натуральные материалы



Уход за кожей

- Стрижка ногтей
- Обработка ранок
- Мытье

Контроль АД,
холестерина. Отказ от
жирной пищи, курения,
алкоголя.



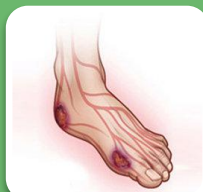
Заболевания
сердечно-сосудистой
системы

Упражнения для глаз,
регулярное посещение
окулиста.



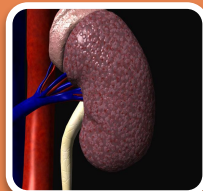
Заболевания
органов зрения

Максимальные условия
по нормализации
уровня глюкозы, уход за
ногами.



Диабетическая
нейропатия

Возникновение первых
признаков > снижение
уровня белка в пище.



Почечная
недостаточность

Обработка наружных
повреждений и санация
очагов инфекции.



Инфекции

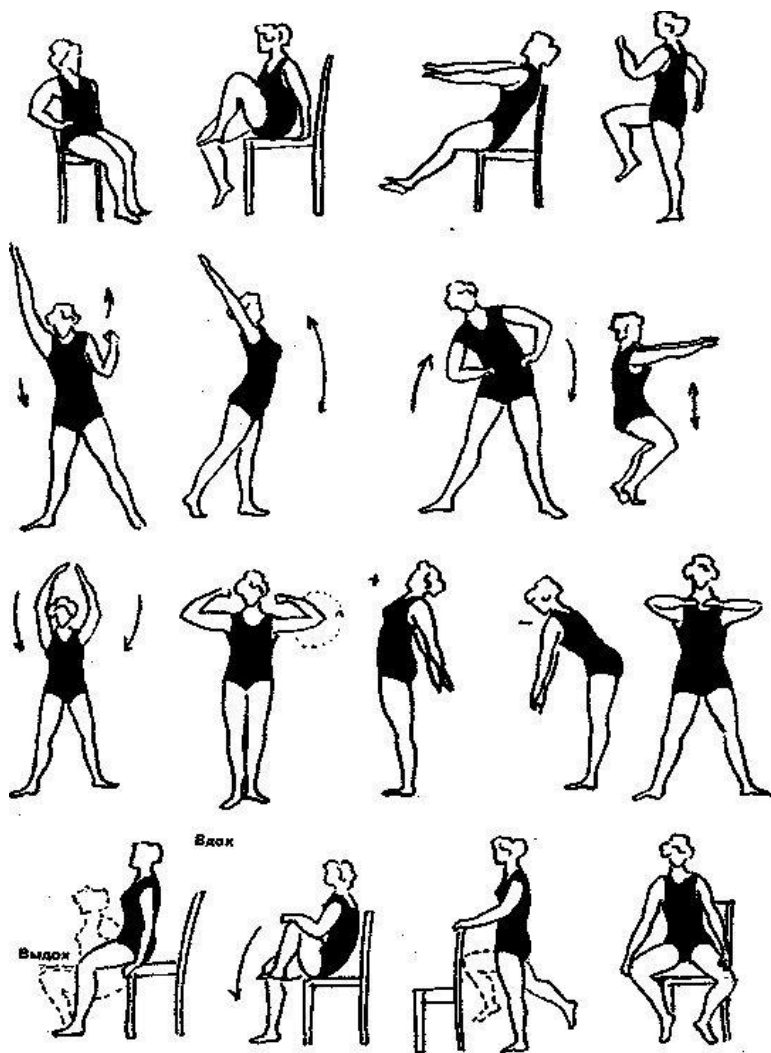
Реабилитация. ЛФК

Основное средство: оздоровительные тренировки
в форме физических упражнений циклического
характера в аэробной зоне интенсивности





Более чем 2-дневный перерыв в тренировках приводит к снижению повышенной чувствительности мышечных клеток к инсулину, достигнутой предыдущими тренировками.



4-6
недель



Спасибо за внимание!

