

DOI 10.36074/logos-31.03.2023.63

## ЦУКРОВИЙ ДІАБЕТ В УКРАЇНІ

**Костів Андрій Володимирович**

асистент кафедри загальної та біологічної хімії  
*Донецький національний медичний університет*

**Костів Микола Володимирович**

асистент кафедри загальної та біологічної хімії  
*Донецький національний медичний університет*

**Семенович Анастасія Вадимівна**

здобувач передвищої фахової освіти  
*Кропивницький будівельний фаховий коледж*

УКРАЇНА

Цукровий діабет (ЦД) відноситься до групи захворювань, які впливають на використання організмом цукру (глюкози). Глюкоза є важливим джерелом енергії для клітин, які утворюють м'язи та тканини. Це також основне джерело палива для мозку. Основна причина ЦД залежить від типу, але незалежно від того який тип ЦД, він призводить до надлишку цукру в крові. Надлишок цукру в крові може призвести до серйозних проблем зі здоров'ям. Хронічні захворювання діабету поділяються на ЦД 1 типу та 2 типу. Потенційно оборотні стани діабету включають переддіабет і гестаційний діабет.

Переддіабет виникає, коли рівень цукру недостатньо високий, щоб назвати його діабетом. І переддіабет може призвести до діабету якщо не вживати заходів для його запобігання.

Гестаційний діабет виникає під час вагітності, але це може зникнути після народження дитини.

Симптоми діабету залежать від того, наскільки високий рівень цукру в крові. Деякі люди, особливо якщо вони мають переддіабет, гестаційний діабет або діабет 2 типу, можуть не мати симптомів. При діабеті 1 типу симптоми, як правило, з'являються швидко та є більш серйозними. Найголовнішими симптомами є: відчуття спраги більше, ніж зазвичай; втрата ваги без спроб; часте сечовипускання; наявність кетонів в сечі; відчуття втоми та слабкості; розмитий зір; почуття дратливості або інші зміни настрою; виразки, що повільно загоюються.

Діабет 1 типу може починатися в будь-якому віці, але часто це починається в дитинстві або в підлітковому віці. А діабет 2 типу може починатися в будь-якому віці, але частіше зустрічається у людей старше 40 років.

Фактори ризику діабету залежать від типу діабету. Сімейна історія може відіграти певну роль у всіх типах. Фактори навколишнього середовища та географія можуть збільшити ризик діабету 1 типу. Іноді члени сім'ї з діабетом 1 типу перевіряються на наявність клітин імунної системи діабету (аутоантитіл), якщо у вас є ці аутоантитіла, у вас підвищений ризик розвитку діабету 1 типу, але не у всіх, хто має ці аутоантитіла, розвивається діабет. Расова або етнічна приналежність також може підвищити ризик розвитку діабету 2 типу. Переддіабет. 2 типу та гестаційний діабет частіше зустрічається у людей із надмірною вагою або ожирінням.

За даними Міжнародного атласу діабетичної федерації, у 2021 році в Україні було близько 2325000 жителів хворих на діабет 2 типу, що становить 7,1%. За минулий рік цукровий діабет 1 типу було поставлено приблизно 6700 дітям і підліткам. Понад 9% населення України живе з цукровим діабетом, станом, який може спричинити дорогі та виснажливі ускладнення, включаючи інфаркти, інсульти, ниркову недостатність, сліпоту та ампутації нижніх кінцівок, якщо їх не лікувати.

Цукровий діабет займає сьоме місце серед причин смерті в усьому світі. Понад 420 мільйонів людей зараз живуть з цукровим діабетом, і за оцінками, це число зросте до 570 мільйонів до 2030 року та до 700 мільйонів до 2045 року.

За даними діабету 1 типу неможливо запобігти. Але вибір здорового способу життя, який допомагає лікувати переддіабет, діабет 2 типу та гестаційний діабет, також може допомогти їм запобігти це: вживати здорову їжу (обирайте продукти з меншим вмістом жиру та калорій, зосередьтеся на фруктах, овочах і цільнозернових); займайтеся більше фізичною активністю; втрата зайвої ваги (щоб підтримувати свою вагу в нормальному діапазоні, попрацюйте над довгостроковими змінами у своїх звичках харчування та фізичних вправ. Також пам'ятайте про переваги схуднення, наприклад, здоровіше серце, більше енергії та вищу самооцінку).