

САХАРНЫЙ ДИАБЕТ И АТЕРОСКЛЕРОЗ

Многочисленными исследованиями доказано, что **при сахарном диабете атеросклероз развивается чаще** во всех возрастных группах, более выражен и протекает тяжелее, чем у лиц того же возраста, не страдающих диабетом.

Атеросклеротические поражения и, в первую очередь, инфаркт миокарда, - **основная причина смерти** больных сахарным диабетом.

Кроме того, развитию атеросклероза способствует ожирение, артериальная гипертония, возраст, повышение уровня холестерина, триглицеридов в крови, повышение или снижение уровня инсулина в крови, высокий уровень сахара в крови, поражение мелких сосудов в сердечной мышце и крупных сосудах, нарушение функции почек.

Ожирение — один из серьезных факторов атеросклероза. Так как у больных сахарным диабетом оно встречается часто, необходимо строго следить за весом. Здесь поможет низкокалорийная диета, назначенная лечащим врачом. Полный голод больным сахарным диабетом противопоказан.

У больных сахарным диабетом часто наблюдается артериальная гипертония. Ее надо лечить с помощью лекарств, которые назначит врач, в зависимости от состояния здоровья и степени тяжести заболевания.

Одним из основных факторов риска атеросклероза является повышение в крови липидов — веществ, принимающих непосредственное участие в образовании атеросклеротических изменений в сосудах.

И в этом случае поможет диета с ограничением животных жиров и использованием растительных масел, в частности, подсолнечного, лучше нерафинированного, или лекарства, назначенные врачом.

Развитию атеросклероза способствует и повышение уровня инсулина в крови. Чтобы этого не случилось, необходимо следить за своим весом и не допускать передозировки инсулина.

Учитывая взаимосвязь сахарного диабета с другими заболеваниями, надо особенно тщательно выполнять все назначения врача и ни в коем случае не лечиться самостоятельно.