**Сахарный диабет** (СД) - это хроническое заболевание, которое развивается в результате неспособности организма вырабатывать достаточное количество инсулина или эффективно его использовать, и диагностируется при выявлении повышенного уровня сахара в крови.

**Выделяют:**

* Сахарный диабет первого типа (СД 1 тип) характеризуется тем, что поджелудочная железа не способна вырабатывать гормон инсулин, то есть развивается абсолютная инсулиновая недостаточность. Происходит это из-за гибели большого количества бета-клеток. Пациенты с таким типом диабета нуждаются в инъекциях инсулина.
* Сахарный диабет тип II (СД 2 тип) характеризуется наличием инсулинорезистентности (клетки организма не чувствительны к выбрасываемому поджелудочной железой инсулину) и относительной недостаточности инсулина. При диабете этого типа может наблюдаться, как одна инсулинорезистентность, так и инсулинорезистентность +дефицит инсулина или дефицит инсулина, но без инсулинорезистентности.
* Гестационный – появляется только во время беременности.
* Специфический - развивается на фоне каких либо заболеваний: частых панкреатитов, травм поджелудочной, операций на ней и т.д.

По распространенности сахарный диабет 2 типа занимает одну из лидирующих позиций среди всех недугов.

В Беларуси лица с сахарным диабетом 2 типа составляют 93% от числа всех больных этим заболеванием. С каждым годом люди все чаще заболевают диабетом. До недавнего времени сахарный диабет второго типа наблюдался лишь среди взрослого населения, но в настоящее время это заболевание все чаще выявляется у молодых людей и поражает детей.

Рост числа случаев главным образом обусловлен все большей распространенностью избыточной массы тела и ожирения, нездоровым рационом питания, недостаточной физической активностью.

**Факторы риска развития СД 2 типа:**

* избыточная масса тела или ожирение: индекс массы тела (далее – ИМТ) >25 кг/м2;
* возраст старше 45 лет;
* семейный анамнез (СД у родственников первой степени родства);
* артериальная гипертензия (далее – АГ): артериальное давление (далее – АД) >140/90 мм рт. ст. или пациент принимает антигипертензивные ЛС;
* другие сердечно-сосудистые заболевания (далее – ССЗ);
* гиперхолестеринемия, гипертриглицеридемия;
* привычно низкая физическая активность (ходьба или другая динамическая

 физическая нагрузка менее 30 мин в день или менее 3 ч в неделю);

* женщины, родившие ребенка с массой тела более 4 кг или имевшие клинический диагноз «гестационный СД»;
* женщины с синдромом поликистозных яичников.

Риск СД 2 типа расценивают как высокий при избыточной массе тела или ожирении + один (или более) любой другой фактор риска.

Для оценки риска развития СД 2 типа может быть использована шкала

FINDRISC.

Врач-эндокринолог Сидорук Ирина Александровна