Департамент образования города Москвы

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы

«Гимназия №1505

«Московская городская педагогическая гимназия-лаборатория»»

**РЕФЕРАТ**

на тему

**Сахарный диабет 1-ого типа**

Выполнила:

Коновалова Алиса Сергеевна

Руководитель:

Шалимова Елена Георгиевна

Рецензент:

Морозова Елена Юрьевна

Москва

2016/2017 уч.г.

**Оглавление**

1. Введение…………………………………………………………...... 4
2. История изучениясахарного диабета…………………………….. 6
3. Симптомы болезни…………………………………………………. 7
4. Что вызывает диабет……………………………………………….. 9

Аутоиммунное заболевание……………………………………….. 9

Инфекционное заболевание………………………………………. 10

Факторы окружающей среды…………………………………….. 10

Коровье молоко……………………………………………………. 11

1. Питание при диабете……………………………….………………13

Всасывание углеводов…………………………………………….. 13

Время еды и инсулин……………………………………………… 14

Перекусы…………………………………………………………… 15

Подсчет углеводов………………………………………………… 15

Сахарозаменители…………………………………………………. 16

1. Поздние осложнения диабета…………………………………….. 18

Что вызывает осложнения………………………………………... 18

Сердечно-сосудистые осложнения………………………………. 19

Офтальмологические осложнения……………………………….. 20

Почечные осложнения…………………………………………….. 21

Осложнения со стороны нервной системы……………………… 22

1. Образ жизни при сахарном диабете……………………………… 23

Стресс…………………………………………………………….... 23

Поведение во время инфекционного заболевания…………….... 23

Курение……………………………………………………………. 23

Алкоголь…………………………………………………………... 23

Физические упражнения………………………………………... 24

1. Заключение……………………………………………………… 26
2. Список литературы……………………………………………... 27

**Введение**

**Актуальность**

Диабет 1-ого и 2-ого типов достаточно сильно отличаются друг от друга. При диабете 1-ого типа поджелудочная железа перестает вырабатывать инсулин, либо не вырабатывают его в достаточном количестве, при 2-ом типе собственный инсулин вырабатывается в достаточном количестве, но клетки организма его не воспринимают. Также они отличаются друг от друга применяемой терапией.

По данным Государственного регистра больных сахарных диабетом, на январь 2015 года, в Российской Федерации насчитывается около 340 тысяч больных диабетом 1-ого типа. Число детей и подростков с диабетом 1 типа во всем мире постоянно растет. Считается, что эту тенденцию вызывают какие-то факторы окружающей среды, поскольку генетические изменения у людей не происходят так быстро. Число же молодых людей (20-25 лет), у которых развивается диабет 1-ого типа, наоборот, остается стабильным или даже снижается в некоторых регионах.

 Сейчас вкладываются огромные усилия в исследования, чтобы понять причину диабета и способ его излечения. С 1998 года произошли большие изменения в инсулинотерапии. Это открыло новые горизонты для подбора индивидуальной инсулинотерапии для каждого человека.

 Хотя диабет на сегодня неизлечим, - но его можно успешно контролировать, компенсировать, не давая болезни разрушать организм. К сожалению, не все больные сахарным диабетом первого типа способны грамотно его компенсировать самостоятельно, что зачастую приводит к тяжелейшим осложнениям, вплоть до летального исхода.

**Цель** моего исследования состо**и**т в том, чтобы сформировать объективное представление о сахарном диабете, способах и перспективах его лечения и научить детей вовремя распознавать признаки заболевания.

**Проблема** моего исследования состоит в том, что в наше время число больных сахарным диабетом растет, но люди имеют очень узкое представление о том, что это за заболевание, каков механизм нарушений работы поджелудочной железы, чем это грозит и какой образ жизнивести человеку с данным заболеванием.

**Задача** моего исследования заключается в изучении течения сахарного диабета, причин его возникновения, способов его лечения, правил поведения в жизни. А также в желании поделиться объективной информацией об этом заболевании, разрушить существующие мифы о причинах возникновения диабета и изменить отношение к людям, страдающим сахарным диабетом 1-ого типа.

**Список литературы**

1. Проблемы эндокринологии [Текст] : науч.-практ. журн./ М-во здравоохранения Рос. Фед., Рос. АМН. Эндокринол. науч. центр. - М. : Медицина, 1955 - . - ISSN 0375-9660. - Выходит раз в два месяца
[2015г.](http://library.odmu.edu.ua/catalog/14091/numbers/2015)**Т. 61 № 1**
2. Книга о сахарном диабете I типа : Для детей, подростков, родителей и других / П. Хюртер, Л. Б. Трэвис. - 1. рус. изд. - Франкфурт : Герхардс, [1998]. - 212 с. : ил.; 29 см.
3. Диабет 1 типа у детей, подростков и молодых людей : как стать экспертом в своем диабете / Рагнар Ханас ; [пер. на рус. Е. Г. Вайнилович]. - 1-е рус. изд. - Москва : Арт-Бизнес-Центр, 2007. - 431 с. : ил.; 25 см.; ISBN 978-5-7287-0264-1
4. История сахарного диабета – интересные факты // https://сахарок.com/obraz-zhizni/istoriya-saharnogo-diabeta-interesnye-fakty-10316021.html
5. Всемирный День Диабета 2016 в Москве // https://сахарок.com/news/vsemirnyj-den-diabeta-2016-v-moskve-10318064.html