Профилактика, лечение и жизнь с сахарным диабетом. Главное на «Про Диабет».

14 ноября отмечается Всемирный день борьбы с сахарным диабетом. В России к этой дате приурочена Неделя борьбы с сахарным диабетом.

По данным клинико-эпидемиологического мониторинга, на 1 января 2026 года в России зарегистрировано 5 814 928 человек с сахарным диабетом. Более 92% из них имеют сахарный диабет 2 типа. За период с 1996 по 2025 год зарегистрированная распространённость сахарного диабета 2 типа в России увеличилась в 8,6 раза, а сахарного диабета 1 типа — в 3,3 раза.

Сахарный диабет 2 типа может длительное время протекать без выраженных симптомов. По данным исследования NATION, признаки предиабета выявлены у 19,3% обследованных взрослых. Поэтому своевременное обследование особенно важно для людей с факторами риска.

Раннее выявление сахарного диабета и его осложнений — важное направление диабетологии. В ГНЦ РФ ФГБУ «НМИЦ эндокринологии им. академика И.И. Дедова» Минздрава России проводится программа скрининга среди родственников пациентов с сахарным диабетом 1 типа. Она позволяет выявлять признаки аутоиммунного процесса ещё до появления клинических симптомов заболевания и своевременно организовать медицинское наблюдение.

С 2023 года действует федеральный проект «Борьба с сахарным диабетом». За время его реализации создано и оснащено 100 региональных эндокринологических центров, расширяются возможности диагностики, лечения и медицинского наблюдения.

Однако успех профилактики и лечения зависит не только от работы врачей. Большое значение имеют знания человека о сахарном диабете, его умение контролировать заболевание, соблюдать рекомендации и вовремя замечать изменения самочувствия.

Предоставлять людям проверенную информацию о сахарном диабете и помогать применять полученные знания в повседневной жизни — одна из главных задач единого информационного ресурса «Про Диабет».

Для ноябрьского выпуска мы отобрали десять материалов, вызвавших наибольший интерес читателей в октябре. Они посвящены профилактике и ранней диагностике сахарного диабета, лечению, повседневному контролю заболевания и предупреждению осложнений.

Может ли у ребёнка развиться сахарный диабет 2 типа?

Сахарный диабет 2 типа встречается не только у взрослых. Какие факторы повышают риск заболевания в детском возрасте?

Влияние сна на вес: почему недосып мешает худеть

Как продолжительность и качество сна влияют на аппетит и контроль массы тела?

Утренняя гипергликемия: причины и способы её скорректировать

Почему утром уровень глюкозы может быть повышен и как разобраться в причинах?