

Слово редактора

Сезон простудных заболеваний в разгаре. Многие это уже почувствовали на себе. Диабетики контактируют с вирусами так же, как и остальные, однако течение простудных болезней при СД имеет свои особенности, хотя на первый взгляд кажется, что этот недуг никоим образом не связан с простудными болезнями. Клинические исследования подтверждают, что течение гриппа, ковида и других вирусных инфекций у диабетиков более агрессивное. Чаще болезнь протекает в тяжелой форме, развиваются осложнения (отит, пневмония, менингит). Кроме того, простуда оказывает влияние и на течение самого диабета: гликемия становится непредсказуемой. Многие диабетики боятся вирусов, как огня, ведь банальная ОРВИ может закончиться пневмонией и госпитализацией в стационар. Поэтому это как раз тот случай, когда болезнь проще предупредить, чем потом лечить. Наш читатель Иван Владимирович из Перми поделился своим методом, как остановить простуду в самом зачатке. При первых симптомах (першении в горле, повышении температуры, заложенности носа) 2 ч.л. измельченной сухой травы шалфея нужно залить 1 ст. кипятка, настоять 10 минут, процедить, добавить сок одного среднего лимона и красный перец на кончике ножа. Пить в теплом виде по 1 ст. 3 раза в день за 20 минут до еды. А если же так случилось, что вирус взял верх, важно помнить рекомендации специалистов: во время болезни, в особенности если она сопровождается высокой температурой, выраженность действия инсулина уменьшается, поэтому дозу в этот период необходимо увеличить. Это же касается и сахароснижающих препаратов при СД 2. Чаще всего инсулина организму не хватает, поэтому возрастает риск развития кетоацидоза (острого осложнения диабета). Нужно всегда иметь дома тест-полоски для определения кетонов в крови и/или моче. Берегите себя и своих близких!

Наталья КАШИЦА,
редактор «Живу с диабетом»

стр.

8

стр.

11

стр.

14

стр.

16



ВАШ ВОПРОС

Опасен ли инсулин, а его избыток



ШКОЛА ДИАБЕТА

Стопам — особое внимание!



РЕЦЕПТЫ С КОММЕНТАРИЯМИ

«Золотое молоко»



НОВИЧКУ

Инсульт и инфаркт: обратите внимание на сосуды!

стр.

9

ГДЕ НАЙТИ СИЛЫ НА СПОРТ?

