

ДИАБЕТ

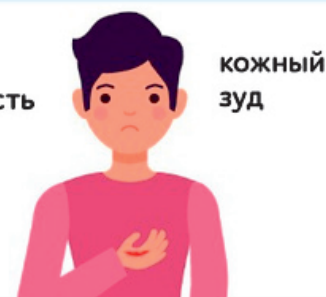
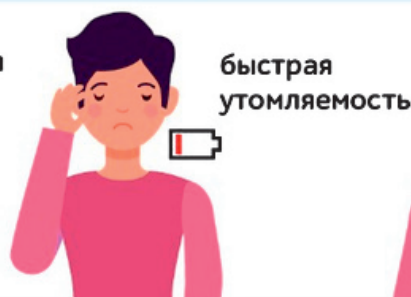
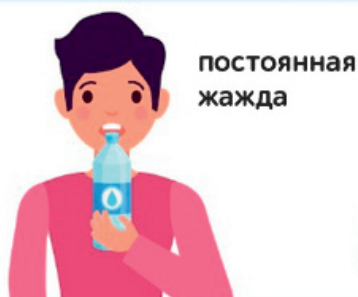
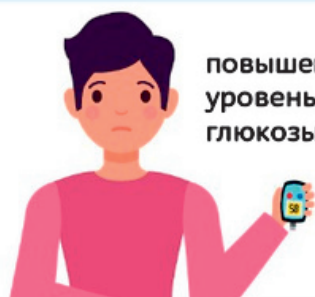
Сахарный диабет – эндокринная патология в работе организма. Ее выявляют практически у 6% населения Земли. В организме нарушается усвоение глюкозы и выработка инсулина – гормона, ответственного за переработку глюкозы.

Это приводит к заболеваниям сердца, сосудов, нервной системы, нижних конечностей и органов зрения. Болезнь имеет хроническое течение

Факторы риска

- наследственность
- неактивный образ жизни
- неправильное питание
- избыточный вес

Признаки диабета



Профилактика



СПОРТ



РЕЖИМ ПРИЕМА ПИЩИ



ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ



КОНТРОЛЬ ГЛЮКОЗЫ

Питание



Овощи
Фрукты
Нежирное мясо
Молоко
Хлеб
Птица
Рыба



Сахар
Переработанное мясо
Рафинированные продукты
Острое
Соленое
Жареное

