

«Про Диабет»: что читали и обсуждали в августе

Почти 6 миллионов человек в России имеют подтвержденный диагноз «сахарный диабет», и еще примерно столько же не знают о своем заболевании.

У человека, который столкнулся с сахарным диабетом, всегда много вопросов. Особенно — сразу после постановки диагноза.

Как питаться?

Как правильно контролировать уровень глюкозы?

С какой частотой проходить обследования?

Как выбрать физическую активность?

Каким спортом может заниматься ребенок с сахарным диабетом?

Как меняется сопровождение заболевания в разные времена года?

Информации о сахарном диабете сегодня много. Но когда речь идет о здоровье, важно выбирать источники, которым можно доверять.

Единый информационный ресурс [«Про Диабет»](#), созданный экспертами ФГБУ «НМИЦ эндокринологии им. академика И.И. Дедова» Минздрава России в рамках федерального проекта «Борьба с сахарным диабетом», — информационная экосистема для пациентов с сахарным диабетом и их близких. Она объединяет сайт и социальные сети, где можно получать экспертную информацию о сопровождении заболевания.

Подробные материалы публикуются в [БЛОГе](#) — разделе ресурса «Про Диабет», который ежедневно обновляется.

В социальных сетях сложную тему можно изучить в разных форматах: посмотреть видео с врачом, познакомиться с коротким разбором темы в карточках или задать вопрос специалисту. Для прямого общения с экспертами созданы интерактивные рубрики [«Вопросы эксперту»](#) и [«Спросите доктора»](#).

Диабетология постоянно развивается, появляются новые научные данные, технологии и разработки, которые могут изменить подходы к лечению и сделать жизнь с сахарным диабетом более комфортной. О том, что уже применяется, а что пока только исследуется, специалисты рассказывают в рубрике [«Говорят, что»](#).

Что читали и обсуждали в августе.

В БЛОГе

- [Ошибки при измерении уровня глюкозы крови в домашних условиях.](#)

Какие ошибки могут повлиять на результат и как сделать измерение более точным.

- [Как правильно пить воду и напитки при сахарном диабете.](#)

Сколько и как часто пить, какие напитки выбирать и какие ограничения учитывать.

- [С какого возраста и почему нужно обследовать глаза и почки при сахарном диабете 1 типа у детей?](#)

Когда начинать скрининг и почему обследования важны даже при отсутствии жалоб.

В социальных сетях

- [Ожирение и сахарный диабет 1 типа.](#)

Почему проблема избыточной массы тела актуальна и для людей с СД1.

- [Поражение почек при сахарном диабете.](#)

В рубрике «Вопросы эксперту» подписчики получили возможность задать свои вопросы врачу-нефрологу Науменко Оксана Николаевна.

- [Принцип работы инсулиновой помпы.](#)

Как устроена технология, которой ежедневно пользуются многие люди с сахарным диабетом.

- [Среди наиболее востребованных тем оказался и разговор с психологом о принятии сахарного диабета у детей](#)

Как помочь ребенку и всей семье адаптироваться после постановки диагноза.

О жизни рядом с диабетом рассказывает канал «Про Диабет» на Яндекс Дзене. Здесь медицинские темы дополняют материалы об опыте пациентов и их семей — о принятии диагноза, сложных решениях и жизни с заболеванием.

- [В августе героем одной из таких публикаций стал 15—летний Максим.](#)

«Какая разница, что написано в медицинской карте» — история о том, как разобраться с непростым диагнозом и не дать ему стать главным в жизни.

«Про Диабет» — экспертная информация для пациентов с сахарным диабетом и их близких. Выбирайте удобный формат и следите за новыми материалами ресурса.