

ГОРОД ОНЛАЙН

a.hodirev



– Заместитель министра инвестиций, промышленности и науки Московской области Никита Иванов вручил свидетельства лауреатам премий Губернатора Московской области в сфере науки и инноваций для молодых учёных и специалистов в 2020 году. Получателями престижной награды стали два авторских коллектива и 13 научных работников и специалистов. Размер одной премии составил 700 тыс. рублей. В этом году лауреатами стали учёные из нашего города, Шатуры, Мытищ, Одинцова, из института МОНИКИ, по три представителя из Пушкина и Черноголовки, два представителя Фрязина и коллективы из Подольска и Дубны.

Поздравляю наших молодых учёных с высокой наградой!

opkorolev
Г. Королёв

Наличие масок у пассажиров в очередной раз контролировала мобильная группа муниципальной Общественной палаты. Подобные рейды проводятся регулярно с целью профилактики и предупреждения распространения коронавирусной инфекции в общественном транспорте. Как показала проверка, большинство пассажиров находятся в автобусах в маске либо имеют её при себе и при напоминании сразу надевают. Рейды продолжаются.

gbuz_mo_kgb
ГБУЗ МО "Королёвская городская больница"

Дорогие королёвцы! В понедельник, 30 ноября, в отделении переливания крови пройдёт день донора, организованный совместно с Московской областной станцией переливания крови. А 2 декабря состоится общегородской день донора. Приглашаем вас принять в нём участие!

ЗАПИСАТЬСЯ МОЖНО ПО ТЕЛЕФОНУ ОТДЕЛЕНИЯ: 8-495-511-8453 (звонки принимаются с понедельника по пятницу с 9 до 15 часов).

ЗДОРОВЫЙ КОРОЛЁВ – ГОРОД БЕЗ ЗАВИСИМОСТЕЙ

«СЛАДКАЯ БОЛЕЗНЬ»
И АЛКОГОЛЬ

В ноябре во всём мире отмечают важную дату – Всемирный день борьбы с диабетом

АННА СМЕРНОВА

В современном мире люди с диабетом живут полноценной жизнью и могут усмирить свою болезнь с помощью диеты, физических упражнений, здорового образа жизни, приёма нужных препаратов.

Но всё же те, кто страдает «сладкой болезнью», должны знать, что сегодня, в период коронавирусной инфекции, необходимо следить за своим здоровьем особо тщательно. И конечно, отказаться от вредных привычек.

Сегодня мы расскажем, почему при этом заболевании лучше не употреблять алкоголь.

О ДИАБЕТЕ И ЕГО ЛЕЧЕНИИ

В нашем организме существует гормон инсулин, отвечающий за сохранение нормального уровня сахара в крови и обеспечивающий клетки энергией, тем самым формируя стабильную работу всего организма.

Если вырабатывается недостаточно инсулина, уровень глюкозы зашкаливает, нарушается процесс расщепления углеводов и их преобразования в энергию.

Клеткам начинает не хватать пищи, они пытаются добыть её из здоровых органов, чем наносят непоправимый урон здоровью. Именно сильно повышенный уровень сахара в крови считается основным показателем такого заболевания, как сахарный диабет.

Он приводит впоследствии к серьёзным осложнениям, таким, как нарушение работы почек, судороги, поражение сетчатки глаза, сбои в работе сердца и сосудов. Постепенно организм попросту разрушается.

Однако в наше время данный диагноз – не приговор. Сегодня для лечения этого заболевания используют искусственный инсулин. Конечно, он полноценно не заменит естественный гормон, однако значительно улучшит состояние человека и тем самым увеличит продолжительность жизни. Также существует разновидность диабета, для лечения которого достаточно ведения здорового образа жизни, физической активности, соблюдения определённой диеты.

ВЛИЯНИЕ СПИРТА НА ОРГАНИЗМ ДИАБЕТИКА

– Первой угрозой для человека, страдающего сахарным диабетом, является гипогликемия – резкое падение глюкозы в крови, – коммен-

тирует главный внештатный специалист психиатр-нарколог Минздрава Московской области Виталий Холдин. – Причём это состояние возникает не сразу, а нарастает постепенно. Гипогликемия смертельно опасна, человек может впасть в кому. И здесь самое опасное в том, что симптомы похожи с симптомами алкогольного опьянения, поэтому ни сам диабетик, ни окружающие не смогут сразу понять, что случилось, и оказать помощь.

Также напомним, что алкоголь калориен, что мешает контролировать массу тела, а это важно при диабете. Кроме этого, этиловый спирт может стать причиной перепадов давления.

Ну и не стоит забывать, что одно из основных лекарств, которое применяется сегодня при лечении диабета и метаболического синдрома (так называемый преддиабет), – это метформин. А в случае приёма этого препарата алкоголь противопоказан вообще.

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ДЕРЖАТЬ ПОД КОНТРОЛЕМ
ЗАБОЛЕВАНИЕ И ЖИТЬ ПОЛНОЦЕННОЙ
ЖИЗНЬЮ, НЕОБХОДИМО:

- не допускать избыточного веса;
- заниматься физкультурой;
- отказаться от курения и избыточного употребления алкоголя;
- регулярно следить за уровнем глюкозы в крови, артериальным давлением, общим холестерином;
- не реже одного раза в месяц проходить осмотр эндокринолога, не реже одного раза в год – полный медицинский осмотр;
- избегать стрессов;
- принимать лекарственные препараты строго по назначению врача;
- соблюдать лечебную диету.