



Газета «Калининградская правда» продолжает рубрику «Здравоохранение наукограда». Мы будем рассказывать читателям о современном развитии здравоохранения нашего города, предоставлять площадку специалистам для публикаций материалов по формированию ценностей здорового образа жизни, профилактике разного рода заболеваний, знакомить с новейшими технологиями, применяемыми в наших лечебных учреждениях, рассказывать о профессионалах своего дела.

ЛЮБОВЬ КЛЮЕВА

**Отзывчивость и внимательность к людям, профессионализм успели стать визитной карточкой для врача-эндокринолога филиала «Костинский» Королёвской городской больницы Натальи Петруниной. Она уверена: для того, чтобы понять болезнь, необходимо понять самого человека. И только в этом случае лечение будет иметь наилучшие результаты.**



НАША СПРАВКА

**НАТАЛЬЯ ПЕТРУНИНА**

• Врач-эндокринолог  
филиала «Костинский»  
Королёвской городской  
больницы

Сегодня по просьбе наших читателей доктор ответит на волнующие их вопросы, а именно: при каких симптомах необходимо обращаться к врачу, как лечить избыточный вес, чем опасны советы в Интернете, почему растёт число больных сахарным диабетом и почему прежде, чем планировать беременность, необходимо записаться к эндокринологу.

– Наталья Петровна, эндокринная система своего рода дирижёр работы практически всех функций человеческого организма и контролирует наше тело ещё с внутриутробного развития. Как узнать, почувствовать, что что-то идёт не так?

– Наш организм – это очень совершенная саморегулирующаяся система, которая долгое время может компенсировать все мелкие недочёты здоровья. В среднем компенсация длится около 8 – 10 лет.

Например, при снижении функции щитовидной железы (гипотиреозе) человек долгое время может не обращать внимания на слабость, сонливость, утомляемость, снижение памяти и т. д. Бывает, что такого пациента к врачу приводят родственники, беспокоящиеся о здоровье близкого. Одного из таких пациентов с признаками гипотиреоза в

## ЧТОБЫ ПОНЯТЬ БОЛЕЗНЬ, НУЖНО ПОНЯТЬ САМОГО ЧЕЛОВЕКА



тяжёлой форме привела ко мне на приём жена, при этом она уговаривала его идти к врачу около 5 лет. Пройдя определённый курс лечения, он почувствовал себя другим человеком, стал активным, поменялся внешний вид.

Или, например, некоторые пациенты готовы мириться с ночным учащённым мочеиспусканием, объясняя этот симптом вечерним приёмом жидкости, приёмом диуретиков, возрастом и т. д.

А это один из первых признаков нарушений углеводного обмена, поскольку сахар крови меняется в течение дня и часто повышается именно к вечеру. Диуретические же препараты, принимаемые с утра, работают интенсивно пер-

– Конечно, надо заботиться о своём здоровье в течение всей жизни, с молодого возраста. Сегодня одной из актуальных проблем является избыточный вес у детей. Мы видим катастрофическую угрозу здоровью, развитие сахарного диабета (именно 2-го типа диабета у подростков), артериальной гипертензии у детей уже после 14 лет. Здесь я хотела бы обратить внимание родителей на качество и количество пищи, потребляемой детьми.

– Для большинства пациентов слово «диабет» звучит как приговор. Это ошеломляющая новость, и надо очень постараться, чтобы убедить пациента в том, что это не страшно.

ных препаратов, которые могут также совмещаться в одной таблетке, и множество разных видов инсулинов.

Основная проблема сейчас состоит в том, чтобы уговорить пациента лечиться, а не скрываться от врачей.

Главное с самого начала – скомпенсировать гликемию до первоначального уровня, пока организм не перестроился жить на искусственно завышенных цифрах сахара. В моей практике часто пациенты, достигая сахара, например, 7 ммоль/л, не пытаются ещё лучше нормализовать его до 4 – 5 ммоль/л, а увидев сахар 5.5 ммоль/л, снижают дозы препаратов. Это большое заблуждение, поскольку таблетки и инсулин работают уже с максимально возможной эффективностью, а сахарный диабет – это сосудистое заболевание, и только на гликемии 4.0 – 5.5 ммоль/л не происходит сосудистых изменений в виде ухудшения кровообращения и снижения чувствительности нервных волокон.

Здесь, конечно, стоит уточнить, что со стажем диабета и при длительной декомпенсации сахара организм приспосабливается жить на более высоких цифрах сахаров, например 8 – 12 ммоль/л, и тогда лечение нужно проводить с постепенным улучшением показателей гликемии, достигая безопасных цифр (6 – 7) в течение трёх-четырёх месяцев. Адаптация организма к новым показателям достигается через три-четыре недели.

– Как коронавирус влияет на диабет?

– К сожалению, коронавирусная инфекция, как и любая вирусная, очень часто поражает поджелудочную железу как орган-мишень, способствуя развитию сахарного диабета. Не стоит забывать о большой лекарственной нагрузке на организм при лечении коронави

«  
ПРИ ПРАВИЛЬНО ПОДОБРАННОМ ЛЕЧЕНИИ УДАЁТСЯ ДОСТИЧЬ ИДЕАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ГЛИКЕМИИ. НАУКА И МЕДИЦИНА ОЧЕНЬ ПРОДВИНУЛИСЬ ВПЕРЕД В ЛЕЧЕНИИ ДИАБЕТА, РАЗРАБОТАНО НЕСКОЛЬКО ГРУПП ТАБЛЕТИРОВАННЫХ ПРЕПАРАТОВ, КОТОРЫЕ МОГУТ ТАКЖЕ СОВМЕЩАТЬСЯ В ОДНОЙ ТАБЛЕТКЕ, И МНОЖЕСТВО РАЗНЫХ ВИДОВ ИНСУЛИНОВ. ОСНОВНАЯ ПРОБЛЕМА СЕЙЧАС СОСТОИТ В ТОМ, ЧТОБЫ УГОВОРИТЬ ПАЦИЕНТА ЛЕЧИТЬСЯ, А НЕ СКРЫВАТЬСЯ ОТ ВРАЧЕЙ  
»

вые 12 часов и не вызывают мочегонного эффекта ночью.

Большую роль играет диспансерное наблюдение один раз в год. Взрослым людям могут помочь выявить проблемы со здоровьем качественные профосмотры на рабочих местах.

– Эндокринолог – это узкий специалист. Кто-то записывается к эндокринологу только лет в 40. Это правильный подход? Если терапевт не направляет проверяться, то и не надо?

– Согласна с вами! Это большая проблема – убедить пациента не считать свой диагноз приговором. Где-то 40 – 50 лет назад диабет, может, и был приговором, но сейчас с этим диагнозом человек может жить столько же, как и без него. Всё зависит от цифр сахара. При правильно подобранном лечении удаётся достичь идеальных показателей гликемии. Наука и медицина очень продвинулись вперёд в лечении диабета, разработано несколько групп таблетирован-