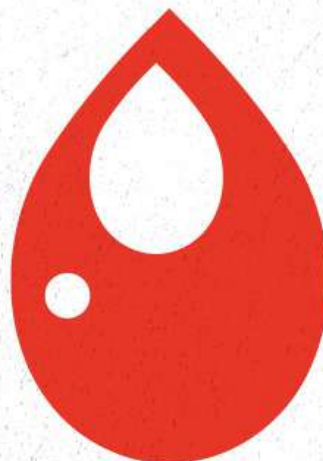


# ҚАНТ ДИАБЕТІ

ӘЛЕУМЕТТІК МАҢЫЗЫ БАР АУРУ



Qoldau24/7



Call center 1406



fms.kz

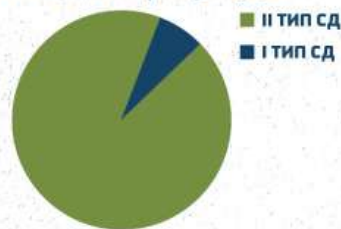
# ӘЛЕМДЕГІ ҚАНТ ДИАБЕТІ БОЙЫНША ЖАҒДАЙ



**530 МИЛЛИОННАН АСТАМ АДАМ, қант диабеті диагнозымен есепте тұр**

**90%-ДАН АСТАМЫ 2 типті қант диабетімен ауырады**

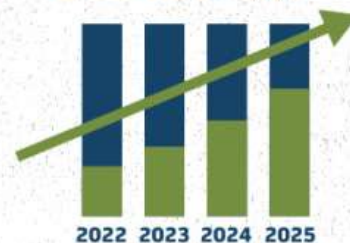
халықтың 10%-ы



**ДИАБЕТТІҢ ЖАСЫ**  
20-дан 79 жасқа дейін



**2025 ЖЫЛҒА ҚАРАЙ**  
науқастар саны 2 есеге өседі



Qoldau24/7



Call center 1406



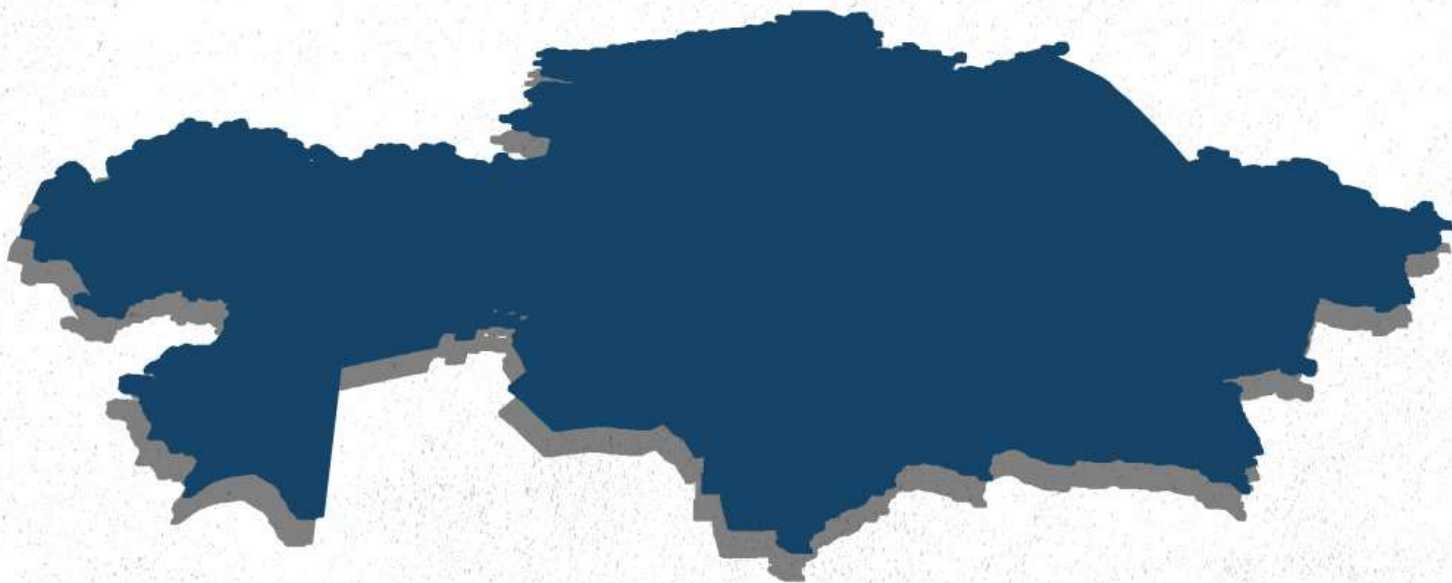
fms.kz

# ҚАЗАҚСТАНДАҒЫ ҚАНТ ДИАБЕТІ БОЙЫНША ЖАҒДАЙ

**2019 ж.** – 373,1 мың пациент

**2022 ж.** – 439,3 мыңнан астам пациент

**2030 ж.** – 800 мыңнан астам



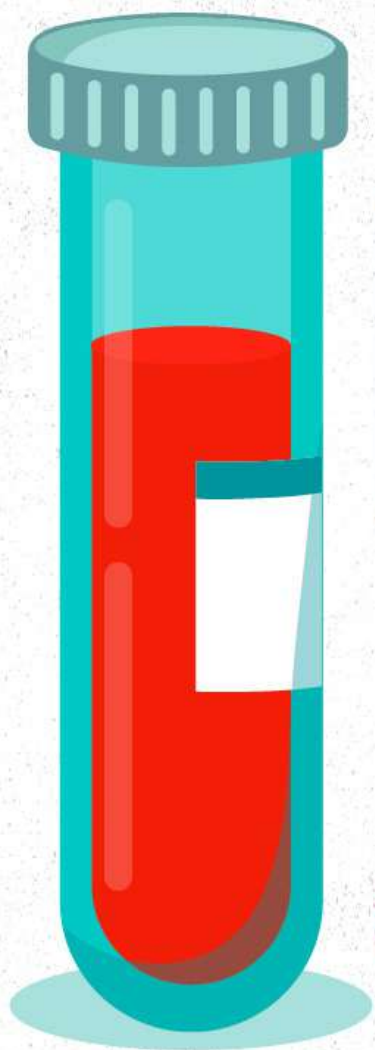
*\*ҚР Денсаулық сақтау министрлігінің диспансерлік науқастардың электрондық регистрінен алынған мәліметтер*

 Qoldau24/7

 Call center 1406

 fms.kz

# ДИАБЕТТІ ДИАГНОСТИКАЛАУ

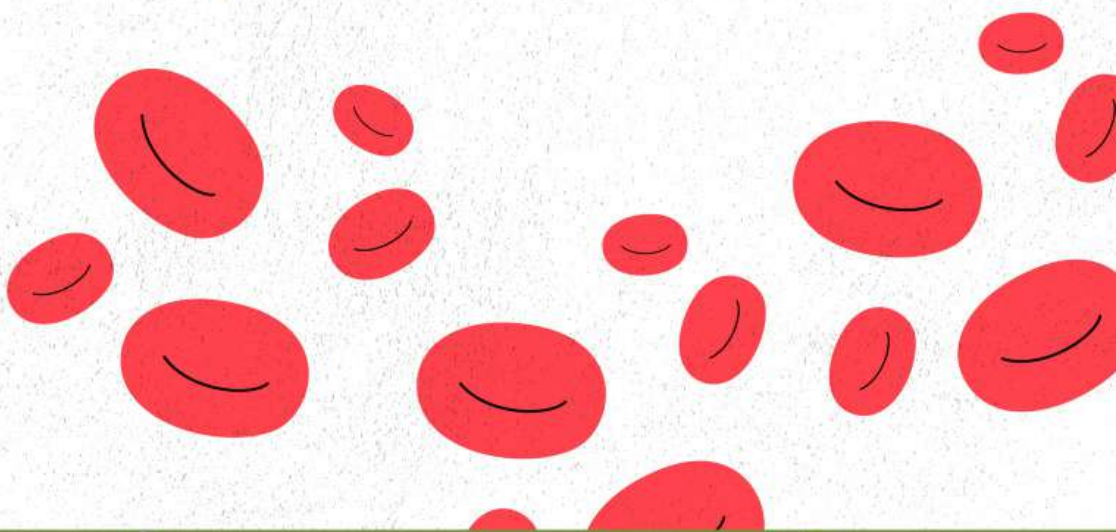


## ҚАНДАҒЫ ГЛЮКОЗА:

😊 ҚАЛЫПТЫ – 3,3 – 5,5 ММОЛЬ/Л

☹️ ДИАБЕТ – 6 – 7 ММОЛЬ/Л

*\*Гликирленген гемоглобин  $\geq 5,7\%$*



Qoldau24/7



Call center 1406



fms.kz

# БҰЛ ҚАУІП ФАКТОРЛАРЫ 2 ТИПТІ ҚАНТ ДИАБЕТІНЕ ӘКЕЛЕДІ



ТӨМЕН ФИЗИКАЛЫҚ БЕЛСЕНДІЛІК  
ЖӘНЕ СЕМІЗДІК

ПОЛИКИСТОЗДЫ  
АНАЛЫҚ БЕЗ  
СИНДРОМЫ



ЖАС МӨЛШЕРІНІҢ  
45-ТЕН АСУЫ



ГИПЕРТОНИЯ

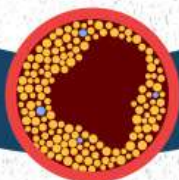


## 2 ТИПТІ ДИАБЕТ



ҚАНТ  
ДИАБЕТІМЕН  
МЕНАУЫРАТЫН  
ЖАҚЫН  
ТУЫСТАРДЫҢ  
БОЛУЫ

ЖҮРЕК-ҚАН ТАМЫРЛАРЫ  
АУРУЛАРЫ



ГЕСТАЦИЯЛЫҚ ҚАНТ  
ДИАБЕТІ – ЖҮКТІ  
ӘЙЕЛДЕРДЕ



ДИСЛИПИДЕМИЯ



Qoldau24/7



Call center 1406



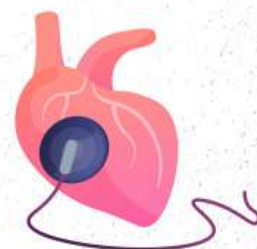
fms.kz

# ҚАНТ ДИАБЕТИ АУЫР ЗАРДАПТАРҒА ӘКЕЛЕДІ



- **СОҚЫРЛЫҚ** – ретинопатия
- **НЕЙРОПАТИЯ** – аяқ-қолдың сезімталдығын жоғалту
- **БҮЙРЕК ЖЕТКІЛІКСІЗДІГІ**
- **ЖҮРЕК ҰСТАМАСЫ**
- **ИНСУЛЫТ**

**ҚАНТ ДИАБЕТИМЕН АУЫРАТЫН НАУҚАСТАРДЫҢ  
ШАМАМЕН 40%-ДА КАРДИОЛОГИЯЛЫҚ  
АСҚЫНУЛАР БАР:**



**АРТЕРИЯЛЫҚ ГИПЕРТОНИЯ** •

**ЖҮРЕКТИҢ ИШЕМИЯЛЫҚ АУРУЫ** •

**СОЗЫЛМАЛЫ ЖҮРЕК ЖЕТКІЛІКСІЗДІГІ** •

**СОЗЫЛМАЛЫ БҮЙРЕК АУРУЫ** •

 Qoldau24/7

 Call center 1406

 fms.kz

# 1 -ТИПТІ ҚАНТ ДИАБЕТИМЕН

## А УЫРАТЫН НАУҚАСТАР НЕНІ БІЛУІ КЕРЕК?



### 3 АЙДА 1 РЕТ

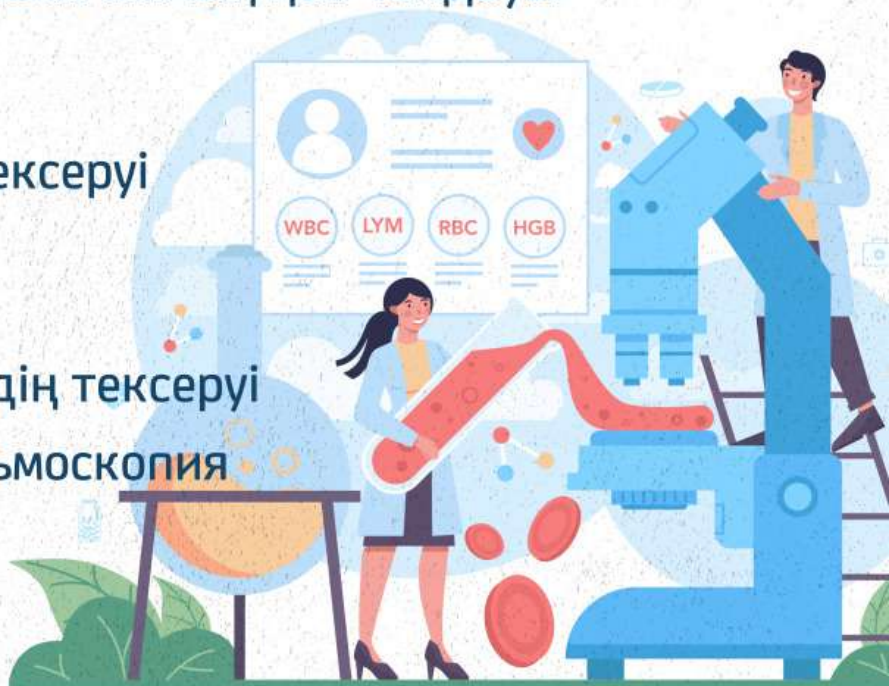
- Орта медициналық қызметкердің тексеруі
- Гликатталған гемоглобинді, креатининді гломерулярлық фильтрация жылдамдығын (GFR), липидті спектрді анықтауға арналған биохимиялық қан талдауы

### 6 АЙДА 1 РЕТ

- Учаскелік дәрігердің тексеруі

### ЖЫЛЫНА 1 РЕТ

- Эндокринолог дәрігердің тексеруі
- Кең қарашықты офтальмоскопия
- Электромиография



# 2 -ТИПТІ ҚАНТ ДИАБЕТИМЕН А УЫРАТЫН НА УҚАСТАР НЕНІ БІЛУІ КЕРЕК?



## 3 АЙДА 1 РЕТ

Медбикенің тексеруі •

Гликатталған гемоглобинді, креатининді және липидті •  
спектрді анықтауға арналған биохимиялық қан сараптамасы

## 6 АЙДА 1 РЕТ

Учаскелік дәрігердің тексеруі •

## ЖЫЛЫНА 1 РЕТ

Эндокринолог дәрігердің тексеруі •

Keң қарашықты офтальмоскопия •

Электромиография •



Qoldau24/7



Call center 1406



fms.kz



# ҚАНТ ДИАБЕТІНІҢ АЛДЫН АЛУҒА АРНАЛҒАН 10 ТАҒАМ



ҚИЯР



ҚЫРЫҚҚАБАТ



ЖАСЫЛ  
ШӨПТЕР



ШПИНАТ



ҚЫЗАНАҚ



БҰРШАҚ



СӘБІЗ



ЖАСЫМЫҚ



БАЯЛДЫ



КӘДІ



Qoldau24/7



Call center 1406



fms.kz

# ЕГЕР СІЗГЕ ҚАНТ ДИАБЕТИ ДИАГНОЗЫ ҚОЙЫЛСА, БҰЛ



## ТАҒАМДАРДАН ТОЛЫҒЫМЕН БАС ТАРТЫҢЫЗ



САРЫ МАЙ/ӨСІМДІК МАЙЫ

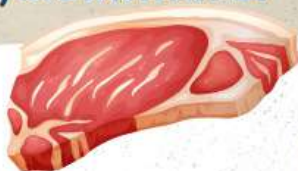


МАЙЛЫЛЫҒЫ 5%-ДАН ЖОҒАРЫ СҮЗБЕ



ҚАЙМАҚ, КІЛЕГЕЙ, МАЙОНЕЗ

МАЙЛЫ ЕТ, ЫСТАЛҒАН ЕТ



ТӘТТИ ЖӘНЕ ҰННАН  
ЖАСАЛҒАН ТАҒАМДАР



МАЙЛЫЛЫҒЫ 30%-ДАН  
ЖОҒАРЫ ІРІМШІКТЕР



ЖАҢҒАҚТАР, ДӘНЕКТЕР



ШҰЖЫҚ ӨНІМДЕРІ



Qoldau24/7



Call center 1406



fms.kz