

## Повышенный уровень глюкозы

Многие люди не подозревают о наличии у них **сахарного диабета**. Поэтому каждому человеку полезно периодически проходить измерение уровня глюкозы в крови — этот простой анализ позволит предотвратить серьезные проблемы со здоровьем. Обязательно должны следить за уровнем глюкозы в крови люди в ожирением; имеющие близких родственников, страдающих сахарным диабетом; а также женщины, родившие крупного (более 4 кг) ребенка.

В норме уровень глюкозы натощак — менее 6,1 ммоль/л. Если глюкоза натощак составляет 6,1- 6,9 ммоль/л и/или уровень глюкозы 7,8- 11,0 ммоль/л через 2 часа после сахарной нагрузки — это предиабет.

Сахарный диабет диагностируют при уровне глюкозы натощак 7,0 ммоль/л и более и/или при уровне глюкозы 11,1 ммоль/л и более через 2 часа после сахарной нагрузки.

Люди с повышенным уровнем глюкозы и особенно с сахарным диабетом гораздо чаще страдают от сосудистых и сердечных осложнений.

