Врачам давно известно, что сахарный диабет является серьезным фактором риска развития инсульта. Теперь стало известно насколько серьезен этот риск.

Группа исследователей под руководством Митчелла Элкинда из Колумбийского университета (Нью-Йорк) обследовала 3,3 тысячи пожилых американцев, средний возраст которых составил 69 лет. В среднем ученые наблюдали за каждым из добровольцев в течение девяти лет. Около 22% участников уже страдали сахарным диабетом к моменту включения в исследование, еще у 10% это заболевание развилось во время исследования.

За время наблюдения исследователям удалось зафиксировать 244 ишемических инсульта. При этом между наличием диабета и риском инсульта была выявлена четкая зависимость. В отличие от пациентов с нормальным обменом веществ, у диабетиков риск развития нарушений мозгового кровообращения увеличивался с каждым годом - фактически каждые десять лет риск инсульта у больных диабетом утраивался.

Полученные данные подтверждают важность адекватной постоянной терапии диабета у пожилых людей, в том числе с помощью **соответствующей диеты и регулярных физических нагрузок** .

Источник: **www.infox.ru**