

Национальный проект «ЗДОРОВЬЕ»

**ДИАБЕТ**  
**Опыт излечившихся.**  
**Методики лечащих**

Издательство АСТ  
Москва

УДК 615.874  
ББК 51.230  
Д44

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

*Фото для обложки предоставлены:  
МИА «Россия сегодня»*

Д44

**Диабет. Опыт излечившихся. Методики лечащих.** – Москва: Издательство АСТ, 2016. – 432 с. – (Национальный проект «ЗДОРОВЬЕ»). ISBN 978-5-17-092789-0

Диабет называют «сладким убийцей». Под его прицелом в мире находятся 400 миллионов человек, в России — больше 10 миллионов. Это целый мегаполис. И, по статистике, каждые пятнадцать лет количество заболевших диабетом удваивается.

«Сладкий убийца» коварен, потому что может несколько лет подкарауливать свою жертву, никак не давая о себе знать. Главные причины диабета — фаст-фуд, лишний вес, гиподинамия, стресс. И, конечно, — плохая наследственность.

Но сахарный диабет — это не приговор! Сегодня многие диабетики живут долго и добиваются больших успехов. Это доказывают судьбы известных людей, среди которых: Герберт Уэллс, Эрнест Хемингуэй, Пирс Энтони, Федор Шалапин, Юрий Никулин, Михаил Боярский, Армен Джигарханян, Элла Фицджеральд, Элизабет Тейлор, Шерон Стоун, Михаил Волонтир, Пеле, Билл Тальберт, Крис Фриман... Диабет их не сломал, а сделал сильнее духом.

В книге — рассказы о российских и зарубежных знаменитостях, которые живут с недугом, и о тех, кто все же проиграл в неравной схватке. А также — советы и рекомендации известных медиков, ученых — профессиональных специалистов по борьбе с диабетом.

**УДК 615.874  
ББК 51.230**

## ВСТУПЛЕНИЕ

*«Если бы у меня не было сахарного диабета, здоровье давно бы меня доконало».*

Немецкий драматург Фридрих Дюрренматт

Диабет называют «сладким убийцей». Под его прицелом в мире находятся 400 миллионов человек, в России — больше 10 миллионов. Это целый мегаполис. И, по статистике, каждые пятнадцать лет количество заболевших диабетом удваивается.

**«Сладкий убийца» беспощаден. Вот лишь несколько цифр.** Каждые 10 секунд в мире умирает 1 больной диабетом. А ежегодно — около 4 миллионов. Это приблизительно столько же, сколько уходит из жизни от ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитов. Каждый год в мире из-за диабета 1 миллиону больных ампутируют ноги. Более 600 000 больных сахарным диабетом полностью теряют зрение. У примерно 500 000 больных перестают работать почки, что требует дорогостоящего диализа и неизбежно ведет к пересадке почки. **«Сладкий убийца»** коварен, потому что может несколько лет может подкарауливать свою жертву, никак не давая о себе знать. И в результате примерно трое из пяти диабетиков даже не подозревают о том, что находятся у него на «мушке».

**«Сладкий убийца»** подкрадывается к человеку потихоньку, поначалу заявляя о себе вроде бы незначительными симптомами: быстрой утомляемостью, головными болями, ухудшением зрения. Это состояние называется предиабетом — той фазой болезни, ко-

тору можно и нужно лечить. Врачебная практика показывает: если на этом этапе грамотно выстроить тактику борьбы с первыми признаками недуга, то развития диабета можно избежать. Но очень часто о своем диагнозе диабетики узнают либо случайно в результате неожиданно понадобившегося анализа крови, либо слишком поздно, когда сахар уже успел основательно «засорить» организм, и эти «засоры» вынуждают обратиться к врачу.

Что же провоцирует появление этой грозной болезни? Ученые уверены: главные причины — лишний вес, высококалорийное питание, гиподинамия, стресс. Согласитесь, что все четыре фактора вплетены в жизнь каждого из нас. Избежать хотя бы одного из них удастся далеко не каждому.

Конечно, играет свою провоцирующую роль и плохая наследственность. Статистика такова: если болен один из родителей, диабет первого типа наследуется с вероятностью до 10 процентов. Если же болеют оба родителя, риск немного возрастает. Если же в генах заложен диабет второго типа, то с судьбой еще можно поспорить. Но вот парадокс: у каждого третьего есть предрасположенность к диабету второго типа, но не все заболевают. Здесь многое зависит от того, какой образ жизни ведет человек. Например, у людей с избыточным весом диабет второго типа диагностируется в 12 раз чаще, чем у остальных.

Поэтому, заключают ученые, пусковой толчок развития и распространения диабета — все-таки нездоровый, беспокойный образ жизни, стрессы. Именно поэтому **заболеваемость диабетом в последние годы катастрофически растет.**

По оценкам исследователей из университета Карнеги-Меллон, за последние три десятилетия уровень стресса увеличился на 30%.

Ведь жизнь современного человека полна нервных перенапряжений. Сложности на работе, нехватка денег, семейные неурядицы, проблемы с детьми, проблемы со здоровьем — всевозможные проблемы буквально окружают нас на каждом шагу. А в последние годы появился ещё один вид стресса — информационный. Его вызвать может как непрерывный поток огромного количества новостных сообщений, так и полный информационный «вакуум».

Другие печальные издержки цивилизации: исчезновение натуральных продуктов, распространение полуфабрикатов и фаст-фуда. И, конечно, — снижение двигательной активности. Недаром возникло даже такое понятие, как «диванное поколение».

А теперь составим фоторобот «сладкого убийцы»: кратко расскажем, что он из себя представляет, как его обнаружить, и что можно сделать, чтобы избежать встречи с ним.

Немного истории. В 1500 г. до н.э. в Египте сделаны первые записи об этом заболевании. Около 138 г. до н.э. римский врач Аретеус дал ему название — диабет (от греческого слова *diabaino* — «прохожу сквозь», «перехожу, пересекаю»). Аретеус заметил, что больные очень много пьют и при этом у них частое мочеиспускание, то есть жидкость как бы проходит через их тело стремительным потоком. В 1921 году канадский врач Фредерик Бантинг выделил инсулин из поджелудочной железы собаки. Позже он получил за это открытие Нобелевскую премию. Его ассистентом был студент-медик Чарльз Бест, умевший делать редкое по тем временам исследование крови на сахар. Они сделали инъекцию Леонарду Томпсону, сыну американского миллионера, погибавшему от кетоацидоза — острого осложнения, которое развивается из-за недостатка инсулина. Этот укол не облегчил его состояния. Но когда Леонарду опять ввели инсулин, его самочувствие улучшилось, он прожил еще 13 лет. Так больные диабетом 1 типа перестали быть смертниками. Или почти перестали. И родилась новая наука — диабетология. *Итак*, что сегодня знают о диабете ученые?

— Поджелудочная железа вырабатывает гормон инсулин, — объясняет **врач-эндокринолог высшей категории Наталия Гайбу**. — Его назначение — забирать глюкозу из крови и использовать ее в качестве источника энергии. Если с выработкой инсулина существуют проблемы, то сахар клетками не усваивается. И здесь возможны два варианта. Первый: инсулин практически не вырабатывается — так возникает диабет первого типа. Его называют *инсулинзависимым*, потому что больной постоянно должен вводить себе инсулин. Второй: инсулин производится в нормальных или даже повышенных количествах, однако нарушается механизм его взаимодействия с клетками организма. Такой диабет называют *инсулиннезависимым*. Диабет первого и второго типа проявляется по-разному и требует разного лечения.

Диабет первого типа начинается довольно бурно: *частое и обильное мочеиспускание, в том числе в ночное время; постоянная жажда; чувство неутолимого голода; похудание*.

Не обратить внимания на эти симптомы невозможно. Чем они обусловлены? Усиленное выделение мочи связано с повыше-

нием осмотического давления мочи за счет растворенной в ней глюкозы (в норме глюкоза в моче отсутствует). Постоянная жажда обусловлена большими потерями воды с мочой и повышением осмотического давления крови. Неутолимый голод объясняется нарушением обмена веществ, неспособностью клеток поглощать и перерабатывать глюкозу в отсутствие инсулина. Похудание, которое развивается, несмотря на то, что человек много ест, обусловлено повышенным катаболизмом белков и жиров из-за выключения глюкозы из энергетического обмена клеток.

Диабет первого типа чаще наступает молодежь. А вот диабет второго типа обычно поражал людей после 40 лет. Но в последние годы он очень «помолодел» и стал выявляться и у подростков, чаще — полных.

**Опасно то, как мы уже говорили, что можно болеть диабетом и не подозревать об этом.** Это как раз про тех, у кого диабет второго типа. Его симптомы настолько разнообразны, что человек может годами лечиться от чего угодно, только не от диабета. Он может жаловаться на общую слабость, сухость во рту, зуд кожи и вагинальный зуд, нечеткость зрения, кровоточивость десен, частые простуды, головные боли — точнее, на некоторые из этих симптомов, потому что они развиваются не все сразу и на протяжении длительного времени. Уровень сахара в крови тоже может повышаться постепенно — так, что организм как бы привыкает к этому и «молчит» о том, что болен.

**Сам диагноз «диабет» ставится,** прежде всего, на основании анализов крови и мочи на сахар. Если концентрация сахара (глюкозы) в крови натощак превышает 5,8 ммоль/л, то стоит насторожиться. В моче сахара и ацетона не должно быть. Есть еще ряд тестов, анализов, которые может назначить врач, если считает нужным.

В норме сахар должен быть не выше 5,5 ммоль/л (если анализ сделан натощак). Если показатели колеблются в пределах 5,6-6,1 ммоль/л, это состояние называется преддиабетным, и пациенту назначают сахароснижающую терапию. Если 6,1 ммоль/литр уже говорит о наличии сахарного диабета, но анализ должен быть подтвержден дважды. Если же анализ взят после приема пищи, то 11,1 ммоль/л и выше также говорит о наличии сахарного диабета.

**Болезнь может иметь страшные последствия.** Он характеризуется нарушением всех видов обмена веществ: углеводного,

жирового, белкового, минерального и водно-солевого. Если его не лечить, последствия могут быть очень тяжелыми.

Самые распространенные осложнения: ретинопатия — поражение сетчатки глаз, и ангиопатия — нарушение проницаемости кровеносных сосудов, что приводит к развитию тромбозов и атеросклероза. Кроме того, диабетики часто страдают от нарушений работы почек, болей в суставах, ранней катаракты и депрессий. А потеря болевой и температурной чувствительности ног может привести к незамеченным микро-ранкам, язвам, нагноениям и, в конце концов, — ампутации.

Диабетическая кома может закончиться летальным исходом. Причем, диабет часто не упоминается как основная причина смерти в тех случаях, когда к летальному исходу приводит одно из его типичных осложнений: инфаркт миокарда, инсульт, почечная недостаточность.

Но сегодня ученые уверенно заявляют: **сахарный диабет — это не приговор!** Конечно, сегодня он считается неизлечимым. Но медицина не стоит на месте, ведутся исследования, разрабатываются новые лекарства, которые смогут реально помочь больным людям. Сегодня медики помогают жить диабетикам, как обычные здоровые люди. Немецкий врач Мишель Бергер любил повторять: «Диабет не болезнь, а образ жизни. Болеть диабетом — все равно, что вести машину по оживленной трассе: надо знать правила движения».

И многие диабетики, зная эти «правила», порой живут дольше здоровых! В США больных сахарным диабетом, которые прожили 30 лет без осложнений, даже награждают особой медалью с надписью «Победа». На ней изображены пять скачущих лошадей, которые символизируют пять важнейших правил в жизни больного: диета, физические упражнения, лекарства, обучение и самоконтроль. Если соблюдать эти правила, диабет можно держать в узде долгие и долгие годы.

Более того, многие диабетики добиваются больших успехов в карьере благодаря тому, что эта болезнь требует от человека самодисциплины. Диабетик, как правило, знает, что такое «надо». Ведь за долгие годы он, к примеру, привыкает следить за уровнем сахара в крови. Кстати, теперь это намного проще, чем в былые годы. Чтобы проверить уровень сахара в крови, не обязательно идти в поликлинику — это можно сделать с помощью личного глюко-

мера, размер которого меньше мобильного телефона. Инъекции диабетика делают себе тоже сами маленькой шприц-ручкой. Укол практически безболезнен и занимает несколько секунд. В былые годы, конечно, было намного тяжелее: глюкомеров не было, шприцы стеклянные, иглы толстые, их кипятили по 40 минут.

Если уровень сахара поддерживать в допустимых пределах, вести здоровый образ жизни, то диабетических осложнений не возникает. Нет никаких ограничений даже в выборе специальности для диабетиков, нельзя только работать на больших высотах.

В общем, можно жить полноценной жизнью. Это доказывают судьбы известных людей, которые долго жили и прославились благодаря своему таланту, своим достижениям, своим победам, сидя на инсулиновой игле... Среди них много актеров, певцов, писателей, политиков, ученых и даже спортсменов: Герберт Уэллс, Эрнест Хемингуэй, Пирс Энтони, Федор Шаляпин, Юрий Никулин, Михаил Боярский, Армен Джигарханян, Элла Фицджеральд, Элизабет Тейлор, Шерон Стоун, Михаил Волонтир, Пеле, Билл Тальберт, Крис Фриман... Диабет их не сломал, а сделал сильнее духом. Они приняли его как всего лишь данность, которую надо просто принять.

Если диабет не помешал Эрнесту Хемингуэю получить Нобелевскую премию, Полю Сезану поразить мир своим полотнами, а Пеле стать звездой футбола, то почему это не получится у вас?

В этой книге — рассказы о российских и зарубежных знаменитостях, которые живут с недугом, и о тех, кто все же проиграл в неравной схватке. А также — советы и рекомендации известных медиков, ученых — профессиональных специалистов по борьбе с диабетом.

Помните, что «сладкий убийца» может диктовать вам определенные условия, но управлять им должны вы!

\*\*\*

Прежде чем начать читать эту книгу, пройдите тест.

### **ЕСТЬ ЛИ У ВАС РИСК РАЗВИТИЯ ДИАБЕТА?**

Ответьте на все 8 вопросов. Для каждого вопроса выберите один правильный ответ и отметьте его. Сложите все баллы, соответствующие вашим ответам на вопросы. Используйте суммарный балл для определения вашего риска развития сахарного диа-

бета или предиабета. Передайте заполненный вопросник вашему врачу.

1. Определяли ли у вас когда-либо уровень глюкозы (сахара) крови выше нормы (во время диспансеризации, профосмотра, во время болезни или беременности)?

- а) Нет – 0 баллов
- б) Да – 5 баллов

2. Принимали ли вы когда-либо регулярно лекарства для снижения артериального давления?

- а) Нет – 0 баллов
- б) Да – 2 балла

3. Ваш возраст:

- а) До 45 лет – 0 баллов
- б) 45–54 года – 2 балла
- в) 55–64 года – 3 балла
- г) Старше 65 лет – 4 балла

4. Занимаетесь ли вы физическими упражнениями регулярно (по 30 минут каждый день или 3 часа в течение недели)?

- а) Да – 0 баллов
- б) Нет – 2 балла

5. Ваш индекс массы тела (вес, кг: (рост, м)<sup>2</sup> = кг/м<sup>2</sup>):

- а) Ниже 25 кг/м<sup>2</sup> – 0 баллов
- б) 25–30 кг/м<sup>2</sup> – 1 балл
- в) Более 30 кг/м<sup>2</sup> – 3 балла

6. Как часто вы едите овощи, фрукты или ягоды?

- а) Каждый день – 0 баллов
- б) Не каждый день – 1 балл

7. Ваша окружность талии (измеряется на уровне пупка):

Мужчины – Женщины

- а) Менее 94 см – Менее 80 см – 0 баллов
- б) 94–102 см – 80–88 см – 3 балла
- в) Более 102 см – Более 88 см – 4 балла

8. Был ли у ваших родственников сахарный диабет 1-го или 2-го типа?

а) Нет – 0 баллов

б) Да, у дедушки/бабушки, тети/дяди, двоюродных братьев/сестер – 2 балла

в) Да, у родителей, брата/сестры, собственного ребенка – 5 баллов

Результаты:

Менее 12 баллов – у вас хорошее здоровье, и вы должны продолжать вести здоровый образ жизни.

12–14 баллов – возможно, у вас предиабет. Вы должны посоветоваться со своим врачом, как вам следует изменить образ жизни.

15–20 баллов – возможно, у вас предиабет или сахарный диабет 2-го типа. Вам желательно проверить уровень глюкозы (сахара) крови, изменить свой образ жизни. Не исключено, что вам понадобятся и лекарства для снижения уровня глюкозы (сахара) в крови.

Более 20 баллов – по всей вероятности, у вас есть сахарный диабет 2-го типа. Вы должны проверить уровень глюкозы (сахара) в крови и постараться его нормализовать, изменить свой образ жизни. Вам понадобятся лекарства для контроля за уровнем глюкозы (сахара) в крови.

**И напоследок совет от медиков:** не скрывайте от окружающих, что вы диабетик. Стыдиться здесь нечего. Если окружающие знают это, то не будут настаивать, чтобы вы выпили лишнюю рюмку, съели второй кусок торта и не примут за наркомана, если увидят, что вы делаете себе инъекцию.

# МИХАИЛ БОЯРСКИЙ

Актер театра и кино, заслуженный артист  
РСФСР, 65 лет (род. в 1949 году)

---

«Ты, с косой, подожди немнож-  
ко — я сначала поработаю»

---

Михаил Боярский — блистательный д'Артаньян — почувствовал первые признаки диабета на съемках в Германии. Вдруг его одолела непривычная жажда, стал много пить воды, соков, потом резко ухудшилось зрение... Хорошо, что вовремя обратился к врачу. Диабет у Михаила Сергеевича проявился в серьезной форме — инсулинозависимой. «Теперь у меня всегда с собой в сумке — инсулин и прибор для измерения сахара», — признается актер. За 20 лет, что он живет со своим опасным недугом, прочел о диабете все, что можно. И теперь знает о нем так много, что, по его словам, сам может консультировать. — К панкреатиту меня привело злоупотребление алкоголем, — с обезоруживающей откровенностью признался журналистам Боярский, — и невозможность следить за питанием во время гастролей.

Стоит ли рассказывать, как проходят будни артиста: гастрольная сумасшедшая жизнь, постоянные переезды, жизнь в отелях и питание на скорую руку. Следить за своим здоровьем просто нет возможности и времени. А еще бурные застолья и постоянные приглашения выпить.

И вот однажды на даче, вкусно поев шашлыков и запив это дело большим количеством спиртного, я проснулся утром с ощущением боли в области поджелудочной железы. Думал — отравление. Поэтому решил погасить все пивом. Не получилось. Водка тоже не пошла. Стало еще хуже. Ночью не уснуть. Тошнота постоянная. Боли все сильнее... На следующий день попробовал выпить — опять не идет. Вызвали «Скорую». А потом я почти потерял память. Пролежал в реанимации 10 дней. Это был острый панкреатит, самый сильный приступ. Мне запретили есть то, что можно нормальным людям, и сказали не пить хотя бы два года. Я дотерпел с трудом. Когда вышел срок, крепко выпил. Как раз на Новый год. Последствий не почувствовал. Поехал на гастроли. И снова так прихватило! Меня прямо с концерта — в реанимацию. И так в течение 5-7 лет. Со спектакля — в больницу, и по 10 дней без памяти. Лежал с ребятами «афганцами». Они кричат, я кричу — вместе вроде полегче. Постепенно боли стали исчезать. Даже когда выпивал. Судя по всему, начался панкреанекроз — отмирание поджелудочной железы. Это привело к сахарному диабету. Теперь колюсь инсулином. Знаю, что надеяться практически не на что. Никто не побеждал эту болезнь. Но «профессиональным» больным ста-

новиться не собираюсь. Презираю это дело. Меня оскорбляет, что она сильнее. Так что не делайте из меня инвалида! Меня часто спрашивают, не жалею ли я об «ошибках молодости»? Трудно сказать. Иногда думаю: если бы я всю жизнь не курил и не пил, то, наверное, стал бы президентом! Выучил бы несколько языков, прочитал бы гораздо больше книг... Но я успокаиваю себя тем, что есть судьба. Значит, ТАК кому-то было нужно. Как христианин, я знаю: за все, что ни сделаешь, чек будет предъявлен, и придется платить. Но предпочитаю Высоцкого всем должителям. Память человеческая сохраняет не тех, кто дольше живет, а того, кто был нужнее. Я понимаю, что я уже тоже на грани. Но все-таки прожил вполне достаточно. Например, по сравнению с Михаилом Юрьевичем Лермонтовым. Ему было 27. Я ему в подметки не гожусь, но прожил уже больше него. Поэтому все не так уж страшно. А к смерти я отношусь философски. Это один из самых серьезных вопросов, который человечество пытается решить. Стоики, к примеру, считали, что надо уходить из жизни, когда тебе максимально хорошо. Сенека совершенно спокойно вскрыл себе вены и при этом рассказывал, как он умирает. Толстой пробовал покончить с собой в 52 года. И сейчас в мире обсуждается вопрос о праве человека на добровольный уход из жизни. Лично я категорически против этого. Как бы человек ни мучился — зачем-то так надо. Наверное, тем, кто верует, легче умирать, потому что для них смерть — переход куда-то. А если ничего дальше нет, то все теряет смысл. Думаю, что мне не дает скатиться в жизни именно болезнь. Если бы я был здоров, как бык, давно бы ничего не делал... Я хорошо изучил свою болезнь. Знаю, от чего что бывает, какие лекарства мне надо колоть. И теперь живу в согласии с тем, что мне предопределено. Вот мое расписание. С 1 сентября по 28 декабря я занимаюсь только работой. С Нового года по Старый я позволю себе расслабиться. Так, чтобы к 15 января уже прийти в себя. Потому что начнутся гастроли. То есть я как бы договариваюсь: «Ты, с косой, подожди немножко — я сначала поработаю». А потом: «Извините, ребята, я, конечно, покаюсь, но сейчас нужно причаститься, да побольше!»

... — Когда Боярский приезжает в Москву, то любит останавливаться у меня, — рассказывает друг Боярского, актер и каскадер Владимир Балон. — Даже если в Москве проездом, все равно

заглядывает на полчаса. Успевает выпить чашку чая, сделать себе в живот укол инсулина. У него ж сумасшедший диабет! Лет 20 каждый день Мишка вынужден делать по четыре-пять уколов. Чтoб не измазать кровью белое белье, Боярский старается такое не носить.

При себе у Миши целая мини-лаборатория. Процедура начинается с прокалывания пальца. Специальным прибором замеряется уровень сахара в крови. От этого зависит величина вкалываемой дозы инсулина.

... Медики не устают призывать Боярского неукоснительно соблюдать строгую диету и отказаться от вредных привычек. Однако последний пункт врачебных рекомендаций оказался для артиста слишком сложным: Михаил является заядлым курильщиком и любит выпить.

— Поджелудочная железа — мотор организма, ее нужно периодически разминать водочкой, как старую грузовую машину, — шутит актер. — Конечно, понимаю, что потом снова боль, уколы... Но я к боли терпелив — пошел в родителей. Они не выставляли никогда свою боль напоказ. Когда отец умирал, у него зубы ломались — так он сжимал их от боли! Он мужественно все переносил. И мама тоже. Однако, «непослушным» Михаила Боярского никто назвать не может. Так, в своей профессии актер невероятно дисциплинированный и ответственный. «С ним любят работать режиссеры и операторы. Он с головой уходит в съемочный процесс, очень тщательно готовится к роли, часто сам выполняет трюки. Его нельзя назвать капризным или требовательным. Он сидит в кадре столь-

### НАПУТСТВИЕ ТЕМ, КТО БОРЕТСЯ С БОЛЕЗНЬЮ СЕЙЧАС

— Болезнь обостряет чувства, — признается актер. — Начинаешь понимать, что сам процесс жизни великолепен... В реанимации, когда совсем плохо, правильные мысли, конечно, приходят в голову. Про то, как дальше жить. Но... горбатого могила исправит. Я — русский и ни в чем меры не знаю. Да, после придется помучиться. Но игра стоит свеч! Будет что вспомнить!

ко, сколько нужно, пока к нему не подойдут и вежливо не скажут: «Михаил Сергеевич, отдохните, мы вас позовем», — признавалась дочь Боярского Лиза. Работе он отдает все свои силы, что иногда не лучшим образом сказывается на здоровье. Так, недавно артист на гастролях в Кишиневе не смог закончить запланированную программу. Там Боярский должен был на протяжении двух часов выступать перед посетителями одного из местных ресторанов. Вначале все шло, как было запланировано: популярный артист пел. В перерывах к нему выстраивалась очередь из желающих получить его автограф и сфотографироваться. Однако буквально в одну минуту состояние Михаила Сергеевича резко ухудшилось. «В этот момент Михаилу Сергеевичу стало плохо, он еле устоял на ногах, — вспоминал один из участников мероприятия. — Ведь Боярский страдает диабетом. Мы хотели вызвать врачей, но он зашел в гримерку и сам сделал себе укол. Однако продолжать программу не смог: планировал петь два часа, но не рассчитал силы. А зрители даже не заметили, что артисту стало плохо».

Сам Боярский продолжает хвастаться и упорно утверждать, что с его здоровьем все в порядке. Он дал свой комментарий по поводу случившегося: «В Кишиневе был, выступал, все прошло нормально, как обычно. Не было мне плохо!»

Некоторые коллеги Боярского считают, что он самоотверженно не жалеет себя из-за семьи, ссылаясь на одно его высказывание: «Я работаю на семью, я — добытчик. Я мужчина и обязан это делать, даже во вред здоровью. Театр денег не дает, кино денег не дает, дают концерты, собственно, и все».

Кумир поколений и ярый болельщик футбольного клуба «Зенит» уверен, что диабет жизни не помеха и даже приписывает свои достижения болезни. Он уверен, что только благодаря диабету до сих пор работает и держит себя в форме. Изучил свой недуг и живет в согласии с тем, что предопределено судьбой.

## ВЕСТИ ИЗ НАУЧНЫХ ЛАБОРАТОРИЙ

### ***Пересадка жира может помочь больным сахарным диабетом***

Американские специалисты из университета Вандербилта заключили после ряда исследований, что сахарный диабет перво-