



ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

Часто задаваемые вопросы
и словарь сахарного диабета

www.novonordisk.ru, раздел «Пациентам»

**Жить,
побеждая
диабет™**

Девиз, которым руководствуется компания во всем мире. Мы не просто лечим диабет. Мы помогаем людям с диабетом изменить свою жизнь к лучшему!

Информация предоставлена фармацевтической компанией **Ново Нордиск**, специализирующейся в области лечения сахарного диабета.

Добро пожаловать!



Информация в данной брошюре не заменяет рекомендаций врача. Проконсультируйся со специалистом, если у тебя или у родителей возникли вопросы о сахарном диабете.



Часто задаваемые вопросы

Места для инъекций инсулина



Если тебе недавно поставили диагноз «сахарный диабет», то, возможно, у тебя возникло много вопросов.

Здесь ты найдешь ответы на часто задаваемые вопросы о диабете.

Почему у меня сахарный диабет?

Никто не знает, почему у одних детей развивается диабет, а у других – нет. Он развился не потому, что ты или твои родители сделали что-то неправильно. И не потому, что ты ел слишком много сладкого. Ни ты, ни твои близкие не могли ничего сделать, чтобы предотвратить развитие у тебя сахарного диабета.

Сахарный диабет бывает 1 и 2 типа. У тебя сахарный диабет 1 типа, который у детей встречается чаще, чем сахарный диабет 2 типа.

Фиксированный режим питания

При фиксированном режиме питания тебе следует стараться съедать одинаковое количество углеводов, соответствующее принимаемому инсулину.

Врач посоветует, какое количество углеводов тебе необходимо каждый день и какую дозу инсулина нужно вести.



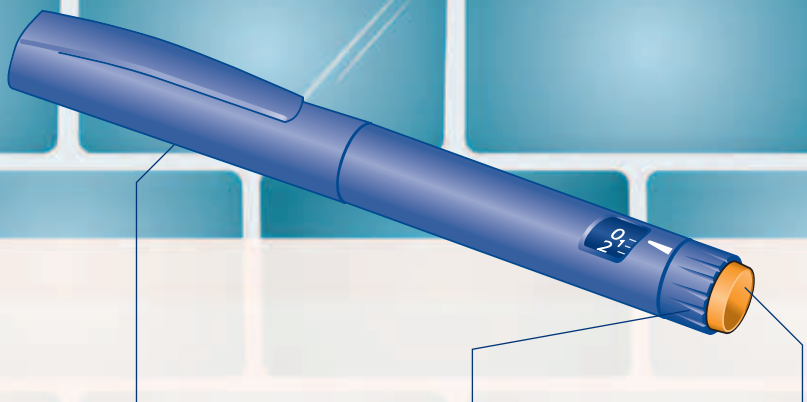
Как мне вводить инсулин?

Инсулин может вводиться с помощью шприц-ручки/инъектора или инсулиновой помпы.

Врач расскажет тебе и твоим родителям, как, когда и в каком количестве нужно вводить инсулин.



Используем шприц-ручку/инъектор



Перед введением инсулина необходимо присоединить к шприц-ручке/инъектору новую одноразовую иглу. После каждой инъекции обязательно нужно отсоединить и выбросить иглу.

Прокручивая селектор дозировки, ты можешь установить необходимую дозу.

Чтобы ввести инсулин, необходимо нажать на пусковую кнопку.

Используем инсулиновую помпу



Инсулин поступает в организм из резервуара через тонкую пластиковую трубочку, на конце которой находится маленькая канюля. Вместе резервуар, трубочку и канюлю называют инфузионной системой. Рекомендуется один раз в несколько дней менять инфузионную систему, а также место введения инсулина.

Инсулин находится в помпе в специальном резервуаре.

На помпе есть кнопки, чтобы регулировать дозу вводимого инсулина.

Гипогликемия – это
низкий уровень сахара
(глюкозы) крови.



При гипогликемии ты можешь почувствовать:



Потливость



Сильный голод



Онемение губ



Головокружение



Спутанность мыслей



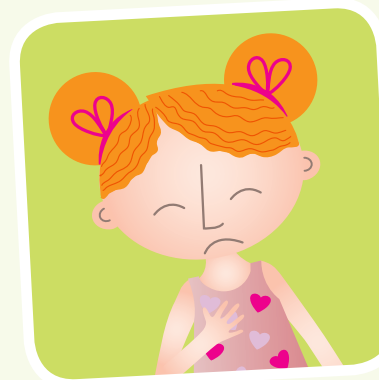
Дрожь



Сонливость



Раздражительность



Беспокойство

В каких случаях уровень
глюкозы крови бывает очень
низким (гипогликемия)?





Низкий уровень глюкозы крови возможен, если:



Ты ввел обычную дозу инсулина,
но съел недостаточно пищи



Физическая нагрузка была больше,
чем обычно, при этом доза инсулина
не была уменьшена и ты не ел
больше обычного



Ты ввел слишком много
инсулина

Как я могу предотвратить гипогликемию?

Необходимо поддерживать баланс между приемами пищи, дозой инсулина и физической активностью, чтобы предотвратить слишком резкое понижение уровня глюкозы крови.

- ✓ Важно вводить количество инсулина, соответствующее количеству съедаемых углеводов. Если ты не доел свою обычную порцию, тебе понадобится меньше инсулина
- ✓ Если случайно ты ввел слишком много инсулина, необходимо съесть немного больше углеводов
- ✓ Перед физической нагрузкой необходимо перекусить и/или уменьшить дозу инсулина. Это поможет избежать сильного снижения уровня глюкозы крови
- ✓ Съешь медленно усваиваемые углеводы перед сном, чтобы поддержать оптимальный уровень глюкозы крови и предупредить развитие гипогликемии

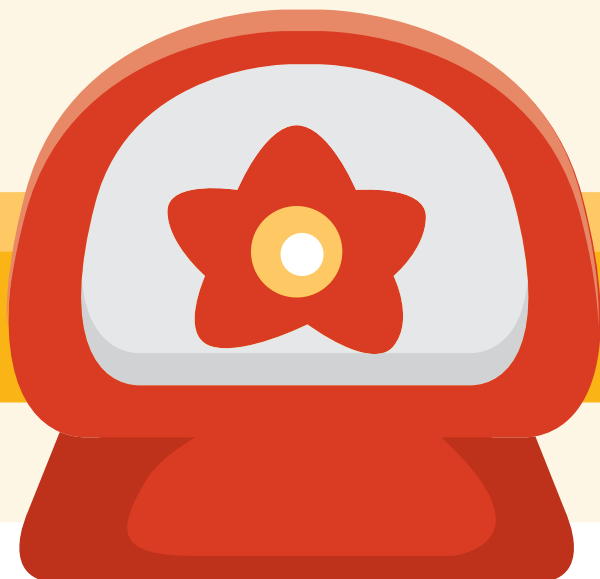
Регулярное измерение уровня глюкозы крови поможет тебе понять, когда уровень глюкозы снизится ниже рекомендуемого и необходимо сделать перекус.



Что мне делать при низком уровне глюкозы крови (гипогликемии)?

Если у тебя уровень глюкозы крови становится слишком низким, помогут легко усваиваемые углеводы, которые быстро повышают уровень глюкозы крови. Для лечения гипогликемии рекомендуют использовать фруктовый сок, таблетки глюкозы, сладкие газированные напитки (не диетические).

На всякий случай ты должен всегда иметь при себе что-нибудь из таких продуктов.



Разрешена ли физическая нагрузка?

Да, физическая нагрузка очень важна для сохранения здоровья, независимо от того, есть у человека сахарный диабет или нет. Следует стремиться сделать физические упражнения неотъемлемой частью своего дня.

Даже если ты не увлекаешься спортом, существует много других увлекательных видов физической активности, например, танцы или подвижные игры на свежем воздухе.

Ключ к управлению диабетом - правильный баланс между приемом пищи, дозой инсулина и физической активностью.



Могу ли я ходить на экскурсии с классом?

Не существует причины, по которой сахарный диабет должен лишить тебя удовольствия принять участие в экскурсиях или поездках с классом. Только потребуется немножко больше планирования! Родители должны проинформировать твоих учителей, что у тебя сахарный диабет и какая помощь тебе может понадобиться. Также родители должны убедиться, что у тебя с собой будет все необходимое для измерения уровня глюкозы крови, введения инсулина и лечения гипогликемии.



Словарь сахарного диабета

HbA_{1c} (гликированный гемоглобин)

Это показатель крови, отражающий среднее содержание глюкозы крови за длительный период (до трех месяцев). Он позволяет судить насколько хорошо компенсирован диабет.

Гипергликемия

Это слово обозначает высокий уровень глюкозы крови. При сахарном диабете гипергликемия обусловлена нехваткой инсулина для проникновения глюкозы из крови в клетки.

Гипогликемия

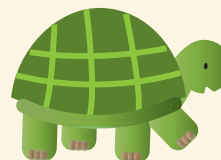
Это слово означает низкий уровень глюкозы крови. Гипогликемия может быть вызвана приемом слишком большой дозы инсулина, не соответствующей количеству съеденной пищи, или непривычно интенсивной физической нагрузкой.

Глюкоза

Разновидность сахара. У пациентов с сахарным диабетом уровень глюкозы крови повышается (без лечения инсулином).

Инсулин

Инсулин – это гормон, который помогает глюкозе проникать из крови в клетки организма.

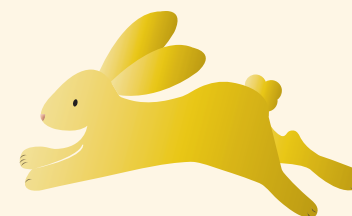


Инсулин длительного действия

Данный тип инсулина обычно назначается один или два раза в сутки и равномерно поступает в кровь в течение всего времени своего действия.

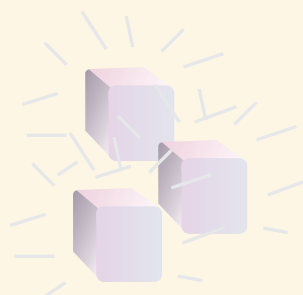
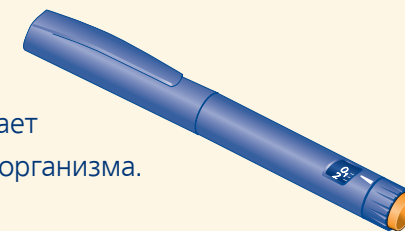
Инсулин короткого действия

Данный тип инсулина действует быстро. Его вводят для переработки глюкозы, поступающей во время приема пищи.



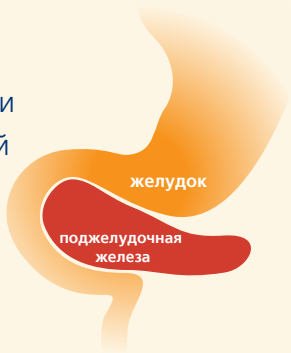
Кетоновые тела (или кетоны)

Химические соединения, которые образуются при переработке жиров в энергию. Жиры используются в качестве источника энергии из-за отсутствия инсулина в крови и как следствие невозможности использовать глюкозу.



Поджелудочная железа

Орган, который расположен позади желудка. Именно в поджелудочной железе вырабатывается инсулин.



Помпа

Устройство, которое позволяет непрерывно вводить инсулин через специальную трубку, установленную подкожно в области живота.



Сахар (глюкоза) крови

Глюкоза крови – основной источник энергии в организме.



Сахарный диабет 1 типа

Диабет 1 типа более распространен у детей, чем сахарный диабет 2 типа. Данный тип диабета возникает, когда поджелудочная железа не вырабатывает инсулин.

Сахарный диабет 2 типа

Данный тип диабета возникает, когда поджелудочная железа производит недостаточное количество инсулина или организм не может использовать инсулин правильно (инсулинорезистентность). Чаще всего такой вид диабета встречается у людей зрелого возраста.

Углеводы

Питательные вещества, которые обеспечивают организм энергией. В основном углеводы – это сложные сахара и крахмал, которые расщепляются на глюкозу – простой сахар, используемый клетками организма в качестве топлива и являющийся основным источником энергии.



Обучающая онлайн программа для родителей, детей и подростков на сайте www.novonordisk.ru (раздел «Пациентам»)

- Состоит из трех модулей: для родителей, детей и подростков
- Содержит общую информацию и практические советы
- Отвечает меняющимся потребностям детей и подростков

Модуль для родителей и окружающих

Общая информация о сахарном диабете в помощь родителям.



Модуль для детей

Психологическая и практическая поддержка детей на каждом этапе жизни.



Модуль для подростков

Информация для подростков об образе жизни с сахарным диабетом.



Информация предоставлена фармацевтической компанией Ново Нордиск, специализирующейся в области лечения сахарного диабета. Компания Ново Нордиск была основана в Дании 90 лет назад Нобелевским лауреатом в области физиологии, профессором Университета в Копенгагене Августом Крогом и его женой Марией, доктором медицинских наук, занимавшейся исследованиями метаболических заболеваний. Более того, она сама болела сахарным диабетом 2 типа. Супруги, узнав про открытие инсулина в Канаде, решили сделать инсулин доступным для всех людей с диабетом, и в 1923 году была основана компания Ново Нордиск.

Сегодня компания Ново Нордиск является мировым лидером в области производства и разработки лекарственных средств для лечения сахарного диабета, предлагая не только широкий портфель продуктов, но также и информационную поддержку пациентам всех возрастов.

Мы хорошо понимаем все те сложности, с которыми сталкиваются дети и подростки с сахарным диабетом в своей жизни. Поэтому наша совместная работа с родителями и врачами направлена на то, чтобы максимально улучшить качество помощи маленьким пациентам с диабетом на протяжении их взросления и развития.

Более полную информацию о компании Ново Нордиск вы найдете на сайте компании:
www.novonordisk.ru



Информация в данной брошюре не заменяет рекомендаций вашего врача. Проконсультируйтесь со специалистом при возникновении вопросов.

RU.DS.01.07.2016

ООО «Ново Нордиск»

Россия, 121614, Москва, ул. Крылатская, д. 15, офис 41
Тел.: +7 (495) 956-11-32, факс: +7 (495) 956-50-13
www.novonordisk.ru • www.novonordisk.com

