



# Добро пожаловать!

Авторизируйтесь или зарегистрируйтесь.

Социальная сеть  
для больных  
диабетом



## Авторизация

Е-май, при регистрации:

Пароль:

965138   
[Обновить]

Запомнить меня

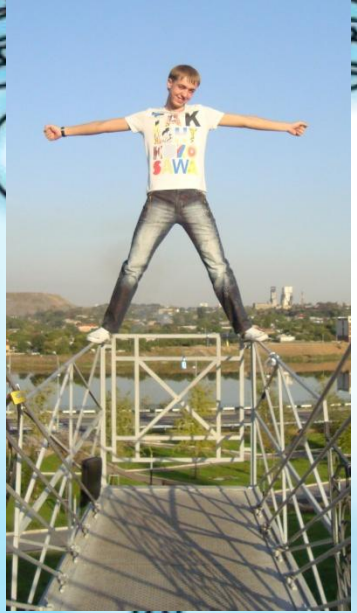


Регистрация!

## Статистика

- Нас уже: 1123651 чел.
- Друзят: 985563 чел.
- Комментарии: 1123665 ком.
- Блог: 12235 чел.
- Альбомы: 123398 альб.
- Объявлен 12365459 шт.
- Групп: 1233655 групп
- В чате: 12364 чел.
- Музыка: 19984552 комп.
- Событий: 95554 соб.

# Ваш профиль



**Друзья** обновления  
120 друзей



Ярослав Гордиенко | Игорь Ткаченко | Вадик Щёголев



Оксана Мартынова | Санёк Уско | Просто Жора

**Друзья онлайн**  
29 друзей



Александра Кравченко | Анастасия Носкова | Евгений Голово



Юля Кабак | Ленчик Манихина | Танюшка Гревцева

Редактировать страницу  
Изменить фотографию ▼

Фотографии со мной 158  
Видеозаписи со мной 20  
Мои подписчики 1

- Моя Страница
- Мои Друзья (1)
- Мои Фотографии
- Мои Видеозаписи
- Мои Аудиозаписи
- Мои Сообщения(3)
- Мои Заметки
- Мои Группы
- Моя мед.карта
- Мои Новости (5)
- Мои Закладки
- О законах
- Приложения
- Найти схожих

## Сергей ✖ [Союзник] ✖

Капашников  
Терапевт-диетолог

Диабет: Первый тип  
Стаж: 7 лет  
Инсулин: Эпайдра  
Лантус

Профильное лечение :КНМИ им.Комисаренко  
Лечащий врач: Самсон О.Я.

**Горячая тема** Самые главные сегодня, острые проблемы, актуальные темы для разговора

**Пюзырьки шампанского – новая гламурная диета**  
Комментариев: 0

Что такое лобая из диеты? Это когда отказываешься себе во всем, что вкусно, что может тонизировать (как шоколад), что может расслабить (как алкоголь). Но как войти в форму без ущерба для удовольствия? Особенно сейчас, перед новогодними праздниками, когда хочется влезть в новое платье, когда всего лишь одна ночь, кажется, может исполнить все, о чем мечталось, а потому нужно выглядеть на все «сто»?

[Читать далее](#)

**Ученые назвали безопасную высоту каблука**  
Комментариев: 0

Американские ученые во главе с хирургом-ортопедом Майком Фанбоном высчитали идеальную длину каблука. По мнению врачей она составляет 2,5 сантиметра.

Ранее признанная безопасной 5-сантиметровая шпилька не способствует сохранению здоровья ног, считают группа ученых.

[Читать далее](#)

Все темы

**Видеосюжет**

**Интервью с психологом Котовой Мариной Борисовной**  
Интервью с психологом Котовой Мариной Борисовной, к.и.н., специалистом по проблемам подросткового курения.

Все видеосюжеты

**Совет дня!**

Если комната выдержана в холодных тонах, то уже при 17 градусах вам будет в ней холодно. Если в теплых – при 14 градусах. **Еще!**

**Эксклюзив** Выбранные статьи из журнала "Здоровье"

**Больное горло: греть или охлаждать?**  
Комментариев: 0

Мы с детства знаем: если болит горло, нужен шарф и теплое молоко. Американцы, наоборот, привыкли лечить горло холодом. Кто прав?

**Храп: нарушитель спокойствия**  
Комментариев: 0

Когда-то храп считался признаком богатого здоровья, потом – причиной серьезных осложнений, а сейчас таким людям настоятельно рекомендуют пройти



# Онлайн-магазин



## Расходные материалы к глюкометрам

В этом разделе представлены тест полоски, ланцеты и ручки для прокалывания для различных моделей глюкометров.

Всего в подкаталоге 29 товаров. Цены от 150 до 4290 рублей.

[Посмотреть](#)

## ГЛЮКОМЕТР OMRON OPTIUM OMEGA



[отзывы \[8\]](#)  
1500 руб.



- Прибор для измерения глюкозы в крови
- Объем пробы крови всего 0,3 мкл
- Средняя продолжительность теста 5 секунд
- Высокая точность полученных результатов
- Точность анализа не зависит от наличия в крови интерферентных веществ (мочевая кислота, аспирин, парацетамол и др.)
- Удобен для пациентов, проводящих частые измерения
- Индикация низких или высоких значений уровня глюкозы
- Забор крови возможен не только из пальца, но и других участков тела
- Сигнализация при повышенной температуре глюкометра
- Сигнализация при низком уровне заряда батарейки
- Легко читаемый большой цифровой дисплей
- Память на 50 тестов с датой и временем
- Тест-полоски удобно использовать как правшам, так и левшам
- Высокий уровень точности при анализе небольших образцов крови
- Чехол для хранения и переноски
- Производство: Omron Healthcare, Japan
- Гарантия: 5 лет

**Новогодняя акция для владельцев глюкометров Omron**

[Подробнее](#)

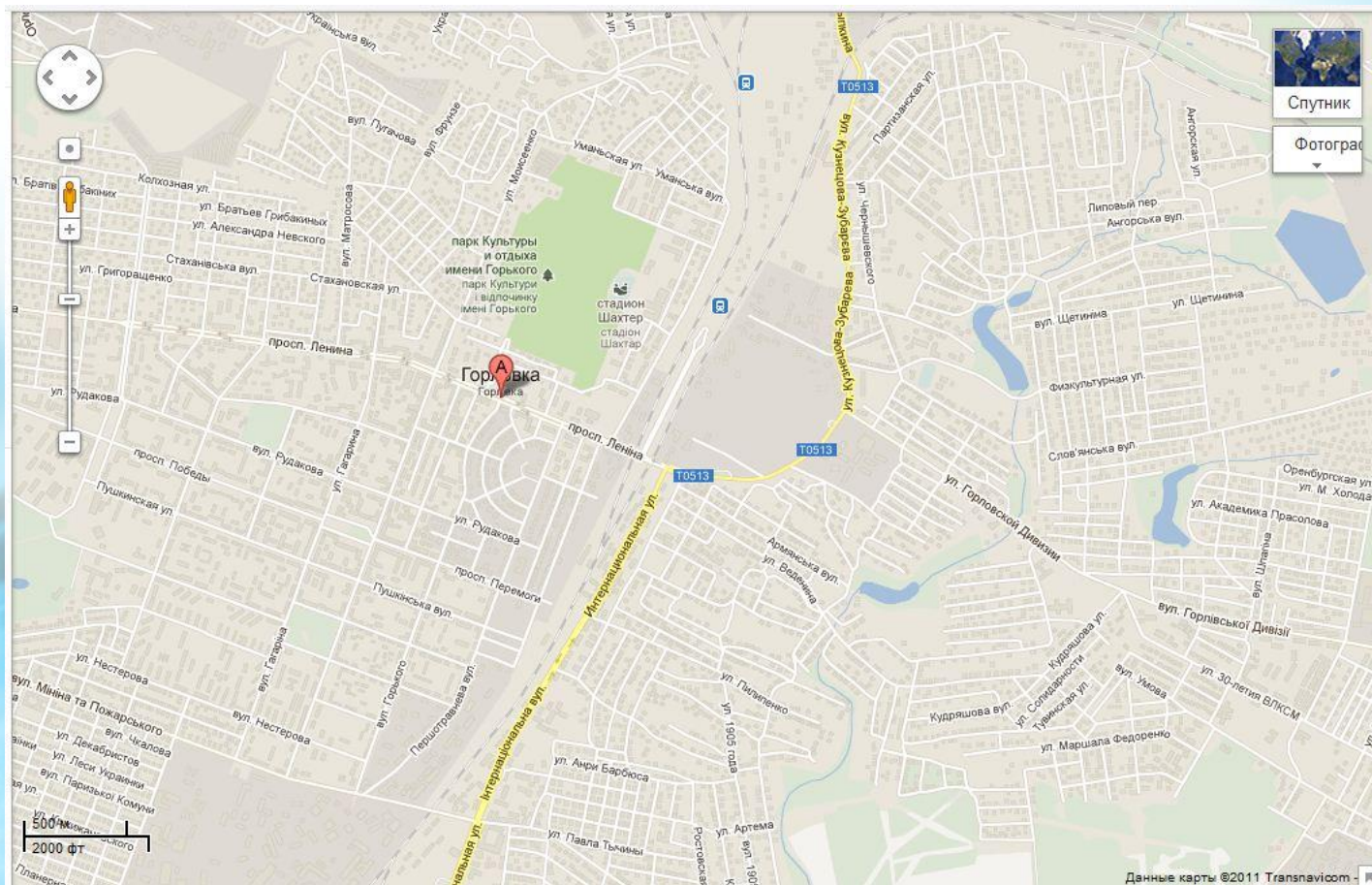
[В корзину](#)

[Показать на карте](#)

Google



# Показать на карте



**Воронежская ул., Горловка, Донецкая область, Украина**  
84601

[Маршруты](#) [Искать рядом](#) [ещё ▾](#)

# Форум



Форум		Темы	Сообщения	Последнее сообщение
<b>Диабет форум.</b>				
	<b>Наш форум.</b> Все о нашем диабет форуме. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	5	3	Пн Июл 25, 2011 4:49 pm Ащкий палынег <a href="#">Куча битых ссылок. Винават рбр.</a> ➔
	<b>Пожелания, советы...</b> Отзывы, пожелания, советы, предложения к администрации. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	6	94	Ср Ноя 16, 2011 3:21 pm Andre <a href="#">Предложения по улучшению форум.</a> ➔
	<b>Новости диабета.</b> Новости мира диабетиков. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	34	372	Пн Дек 19, 2011 10:06 am Боня <a href="#">Вопрос по экспериментальному л.</a> ➔
<b>Сахарный диабет. Основной форум.</b>				
	<b>Диабет-Образ жизни.</b> Сахарный диабет - общие темы. Диабет - это образ жизни. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	63	1037	Вс Дек 18, 2011 11:11 am Шакирдинова Инна <a href="#">Несколько вопросов по теме и н.</a> ➔
	<b>Приборы для диабетиков.</b> Глюкометры, полоски, помпы и прочее... Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	50	825	Вс Дек 18, 2011 11:15 am Алёнушка <a href="#">Юный лузер просит помощи!</a> ➔
	<b>Беременность при диабете.</b> Все что касается беременности при диабете. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	20	293	Пн Ноя 14, 2011 7:28 pm azzalliya <a href="#">Диабет при беременности (геста.</a> ➔
	<b>Осложнения.</b> Диабет и осложнения, профилактика осложнений, лечение осложнений. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	54	500	Ср Дек 07, 2011 7:07 pm vovin <a href="#">Трофическая язва</a> ➔
	<b>Способы снижения сахара в крови.</b> Делимся способами снижения сахара в крови. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	40	514	Чт Дек 15, 2011 10:43 pm nvk53 <a href="#">Корица снижает сахар.</a> ➔
	<b>Психологическая сторона проблемы.</b> Психологическая сторона болезни. Как жить с диабетом !? Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	15	535	Пн Дек 12, 2011 7:36 am Мама Аленки <a href="#">Как смириться с диагнозом</a> ➔
	<b>Диабет и спорт.</b> Сахарный диабет и спорт, все что связано со спортом у диабетиков, влияние спорта при диабете. Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	21	307	Пт Дек 09, 2011 4:17 pm Dik <a href="#">Физическая нагрузка</a> ➔
	<b>Диабет Диета. Продукты.</b> Сахарный диабет и диета - все о диете и продуктах питания для диабетиков. Узнаем что можно что нельзя, что полезно и что вредно! Модераторы <a href="#">Алексей</a> , <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	46	455	Чт Дек 15, 2011 10:04 am pfg <a href="#">Каша -из чего лучше?</a> ➔
	<b>Куплю/Продам/Обменяю</b> Все объявления о продаже, покупке и обмене диабетических товаров пишите в этот раздел! Модераторы <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	220	406	Сб Дек 17, 2011 7:07 pm Лариса 81 <a href="#">резервуары для инсулиновой пом.</a> ➔
	<b>Нетрадиционное лечение</b> Раздел специально для нетрадиционных методов лечения. Кто в них не верит, прошу в этот раздел не писать. Модераторы <a href="#">Виктор345</a> , <a href="#">Dik</a>	17	285	Вс Дек 18, 2011 6:24 pm Светлана68n <a href="#">Безмедикаментозное лечение СД2</a> ➔



[Мой Диабет](#) -> [Новости](#)

## Новости о лечении и профилактике Диабета

Мы собираем новости для больных Диабетом и докторов со всего света о любых сдвигах в области лечения Диабета, в области ухода за больными Диабетом - это не менее важно во всеобщем деле борьбы с этим заболеванием.

У любого Диабетика есть мечта — проснуться утром и услышать новость о том, что **Диабет побеждён**. Многие Диабетика ждут этого всю жизнь и как же много тех, кто не дождался...

Наша мечта — однажды утром сказать всем Диабетикам в мире о том, что **лекарство от Диабета** есть и все, кто так или иначе связан с Диабетом смогут обрести радость жизни такой, какой она была когда-то, когда этой болезни не было. Выкладывая **новости Диабета на этой странице** мы шаг за шагом подходим к этой цели и, мы уверены, этот миг не загорамы, мы же всё-таки живём в XXI веке!

К сожалению помимо ожидания **лекарства от Диабета** мы все сталкиваемся с несправедливостью, которую испытывают многие Диабетика: **государство не выдаёт положенный инсулин, Диабетикам не предоставляют рабочие места** — все эти новости достаточно грустны, но они помогают нам бороться с этой несправедливостью и делать **мир Диабетика** не менее удобным и безопасным, чем жизнь человека, никогда не знавшего этой болезни.

Все языки

Страницы: [1](#) [2](#) [3](#) [4](#) [5](#) [6](#) [7](#) [8](#) [9](#) [10](#) [11](#)



# Приложения

## КАКОВ КОЭФФИЦИЕНТ ВАШЕЙ ФОРМЫ

<p><b>1. Ваш ИМТ</b></p> <p>рост _____ см.</p> <p>вес _____ кг.</p>	<p>Ваш идеальный вес зависит от вашего ИМТ (индекс массы тела.) ИМТ - это отношение веса к росту в квадрате. Например ваш вес 56 кг на 1м 70см роста. ИМТ = 56 : (1,70*1,70) = 19,27, по этой величине соотносится на квадратный метр тела.</p>
<p><b>2. Ваш ОТБ</b></p> <p>талия _____ см.</p> <p>бедро _____ см.</p>	<p>ОТБ - отношение талии к бедрам. Чтобы вычислить Ваш ОТБ, измерьте сантиметр и измерьте объем талии в самом узком месте - под ребрами, выше тупа. Затем измерьте объем бедер в самом широком месте - на уровне выступающих костей. Потом поделите первое число на второе, это и будет ваш ОТБ.</p>
<p><b>3. Ваш сердечный ритм</b></p> <p><input type="radio"/> менее 25</p> <p><input type="radio"/> между 25 и 35</p> <p><input type="radio"/> около 35</p> <p><input type="radio"/> между 35 - 40</p> <p><input type="radio"/> между 40-50</p>	<p>В расслабленном состоянии почувствуйте пульс, слегка наклонив указательный и средний палец на одну артерию на уровне шеи или на внутреннюю поверхность запястья. Считайте удары в течение 20 секунд.</p>
<p><b>4. Ваш РР</b></p> <p>Р0 _____</p> <p>Р1 _____</p> <p>Р2 _____</p>	<p>Измерьте пульс в состоянии покоя, считайте удары в течение 15 секунд, вы получите Р0</p> <p>Затем в течение 45 сек делайте полные наклоны и после них измерьте пульс в течение 10сек. Вы получите Р1</p> <p>После минуты отдыха снова почувствуйте пульс в течение 15 сек. получите Р2 - способность к восстановлению ритма сердца.</p>
<p><b>5. Ваша гибкость</b></p> <p><input type="radio"/> рука не опускается ниже колена</p> <p><input type="radio"/> вам удастся дотянуться ступни</p> <p><input type="radio"/> вам удастся коснуться пола ладонями</p> <p><input type="radio"/> вы можете положить ладони на пол</p> <p><input type="radio"/> вам удастся положить локти</p> <p><input type="radio"/> вам удастся положить голову и грудь</p> <p><input type="radio"/> не получается</p> <p><input type="radio"/> удастся дотянуться одной рукой</p> <p><input type="radio"/> двумя руками</p>	<p>Положите ступни вместе, наклонитесь вперед и попытайтесь коснуться пола, не сгибая ног.</p> <p>Сидя на полу, ноги вытянуты и максимально раздвинуты. Наклонитесь вперед.</p> <p>Поставьте одно колено на пол, другой ногой постыте вперед под прямым углом к ступням, наклонитесь вперед (спина прямая), достигайте до ступни.</p>
<p><b>6. Ваша мышечная сила</b></p> <p><input type="radio"/> менее 5 раз</p> <p><input type="radio"/> 5-10 раз</p> <p><input type="radio"/> более 10 раз</p> <p><input type="radio"/> менее 10 раз</p> <p><input type="radio"/> 10-20 раз</p> <p><input type="radio"/> более 25 раз</p>	<p>Сильно раз как удается отжаться?</p> <p>Ляте на спину, руки за голову, ноги согнуты. Поднимите тазовую на правую, левую и пол. Как удалось сделать это?</p>
<p><b>7. Ваша мышечная выносливость</b></p> <p><input type="radio"/> менее 1 минуты</p> <p><input type="radio"/> 1-2 минуты</p> <p><input type="radio"/> более 2 минут</p>	<p>Положите ступни, ступни опираются на ступни, колени согнуты, как если бы вы сидели на стуле. Сильно вращайте как удалось, продолжайте в этом положении?</p>
<p><b>8. Ваше чувство равновесия</b></p> <p><input type="radio"/> менее 10 секунд</p> <p><input type="radio"/> 10-30 секунд</p> <p><input type="radio"/> более 30 секунд</p>	<p>Положите ступни, руки в стороны, согните ногу и положите ступню на колено другой ноги. Закройте глаза. Сильно как удалось, продолжайте в этом положении?</p>

Рассчитать мой ИМТ!

# Приложения

Начать  
История резу-  
тов  
программе





# DQ.ORG

Первая в мире социальная сеть для людей, больных диабетом! Здесь вы можете задать вопросы специалистам, поделиться опытом, узнать последние новости о диабете и методах лечения, а также узнать адреса и телефоны клиник, частных консультаций, юристов уполномоченных в вопросах социальной защиты! Именно у нас вы можете приобрести и узнать о новейших инновациях в сфере изготовления препаратов, глюкометров и иных приборах самоконтроля. На сайте присутствуют опытные специалисты которые помогут вам! На форуме вы можете обсудить все вопросы, интересующие вас, и получить консультацию, а также поделиться своим опытом с другими.