

План ухода

- Беседа о питании (разрешенные и запрещенные продукты)
- .Определить симптомы обезвоживания, провести коррекцию (питьевой режим, в/в введение растворов по назначению врача).
- Дать информацию о действии инсулина и таблетированных препаратов и возможных побочных действиях, выполнить назначения врача.
- Обучение пациента инъекциям инсулина, уходу за кожей

ДНЕВНИК БОЛЬНОГО САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ 1 ТИПА

ДАТА	ИНСУЛИН					ХЛЕБНЫЕ ЕДИНИЦЫ			САХАР КРОВИ				ПРИМЕЧАНИЯ
	УТРО		ОБЕД	ВЕЧЕР		завтрак	обед	ужин	завтрак	обед	ужин	на ночь	
	короткий	продол.	короткий	короткий	продол.								
Пон.													
Вт.													
Ср.													
Чет.													
Пят.													
Суб.													
Вос.													
Пон.													
Вт.													
Ср.													
Чет.													
Пят.													
Суб.													
Вос.													
HbA1c _____% (норма _____%) Дата _____ Вес тела _____кг Дата _____													

САМОКОНТРОЛЬ

№6



Диета № 9

ОВД-9, ВБД-9

назначается при сахарном диабете. Прием пищи 5-6 раз в сутки, 2300-2500 ккал/день. Пища вареная, паровая и запеченная. Исключаются изделия из сдобного и слоеного теста, торты, крепкие, жирные бульоны, молочные супы, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, копчености, соленья, большинство колбас, рыбные консервы в масле, икра, соленые сыры, сливки, сладкие творожные сырки, рис, манная крупа, ограничивают макаронные изделия, соленые и маринованные овощи, виноград, изюм, бананы, инжир, финики, варенье, конфеты, мороженое, виноградный и другие сладкие соки, газированные напитки, животные и кулинарные жиры, алкогольные напитки.

ХЛЕБНЫЕ ЕДИНИЦЫ (ХЕ)



**1ХЕ - 12Г углеводов и 50
ккал**

Потребность:

- люди тяжелого
труда-25-30 ХЕ**
- сидячая работа - 17 ХЕ**
- с избыточной массой тела
-10 ХЕ**
- с ожирением - 6 ХЕ**

ПРОДУКТЫ, СОДЕРЖАЩИЕ 1ХЕ

1 ХЕ = 10–12 г углеводов

1 среднее
яблоко



1/2 банана



1 картофелина



1 стакан
молока



2 столовых ложки
каши



Таблица хлебных единиц

Фрукты и ягоды (с косточками и кожурой)		1 XE=		
Абрикосы	2-3 штуки	110 г	Мандарины	2-3 штуки, средних 150 г
Айва	1 штука, крупная	140 г	Персик	1 штука, крупный 120 г
Ананас	1 кусок (поперечный срез)	140 г	Сливы	3-4 штуки 90 г
Арбуз	1 кусок	270 г	Смородина	7 ст. ложек 140 г
Апельсин	1 штука, средний	150 г	Хурма	1 штука, маленькая 70 г
Банан	1/2 штуки, среднего	70 г	Черника	7 ст. ложек 140 г
Брусника	7 ст. ложек	140 г	Яблоко	1 штука, среднее 90 г
Виноград	12 штук	70 г	Около 100 мл сока (без добавления сахара, 100% натуральный сок) содержат примерно 10 г углеводов (1 XE).	
Вишня	15 штук	90 г		
Гранат	1 штука, большой	170 г	<hr/>	
Грейпфрут	1/2 штуки, крупного	170 г	Другие продукты 1XE=	
Груша	1 штука, средняя	90 г	Квас	1 стакан 250 мл
Дыня	1 кусок	100 г	Пиво	1 стакан 250 мл
Ежевика	8 ст. ложек	140 г	Мороженое	50-65 г
Инжир	1 штука	80 г	Сахар-песок	1 ст. ложка 10 г
Киви	1 штука, крупная	110 г	Сахар кусковой	2 куска 10 г
Клубника	10 штук, средних	160 г	Такие продукты, как блины, оладьи, пирожки, сырники, пельмени, вареники, котлеты, также содержат XE, но их количество зависит от размера и рецепта приготовления	
Крыжовник	6 ст. ложек	120 г		
Малина	8 ст. ложек	150 г		
Манго	1 штука, небольшое	100 г		

ИНСУЛИНОТЕРАПИЯ

1) короткого действия (актропид, рапид, хумулин-регуляр)

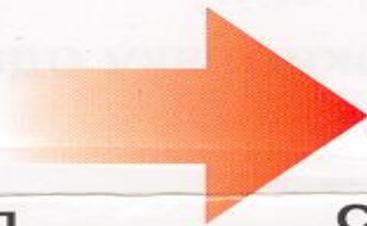
2) средней длительности 12-22 часа (семилонг, ленте, монотарды,)

3) длительного действия-25-36 часов (ультралонг, ультра-ленте, ультра-тард, хумулин НПХ, -ЛЕНТЕ, лантус)

ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ИНСУЛИНА



Был



Стал



Всегда обращайтесь
внимание на
концентрацию
инсулина
40 или 100 ЕДИНИЦ
в 1 миллилитре

**Для концентрации инсулина 40 МЕ/МЛ
используйте соответствующий шприц на 40 МЕ/МЛ**

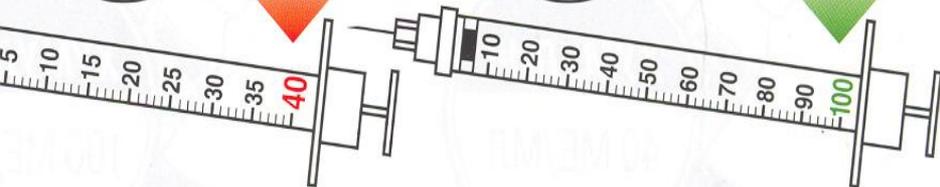
**Для концентрации инсулина 100 МЕ/МЛ
используйте соответствующий шприц на 100 МЕ/МЛ**



ПРАВИЛЬНО



ПРАВИЛЬНО



НЕПРАВИЛЬНО



Использование
шприца на 40 МЕ/МЛ
приведет к
передозировке
в 2,5 раза и,
как следствие,
к гипогликемии

МЕСТА ИНЪЕКЦИЙ ИНСУЛИНА

ЖИВОТ – самое быстрое
всасывание инсулина

ПЛЕЧО (наружная поверхность) –
быстрое всасывание инсулина

ЯГОДИЦЫ –
медленное
всасывание инсулина

БЕДРО (передне-наружная поверхность) –
самое медленное
всасывание инсулина

- ▶ Введение инсулина в участок липодистрофии замедляет скорость всасывания инсулина!
- ▶ Необходимо менять места инъекций!
- ▶ Необходимо отступать от места предыдущей инъекции не менее, чем на 2 см!



3-6 MM

8-10 MM

12-14 MM

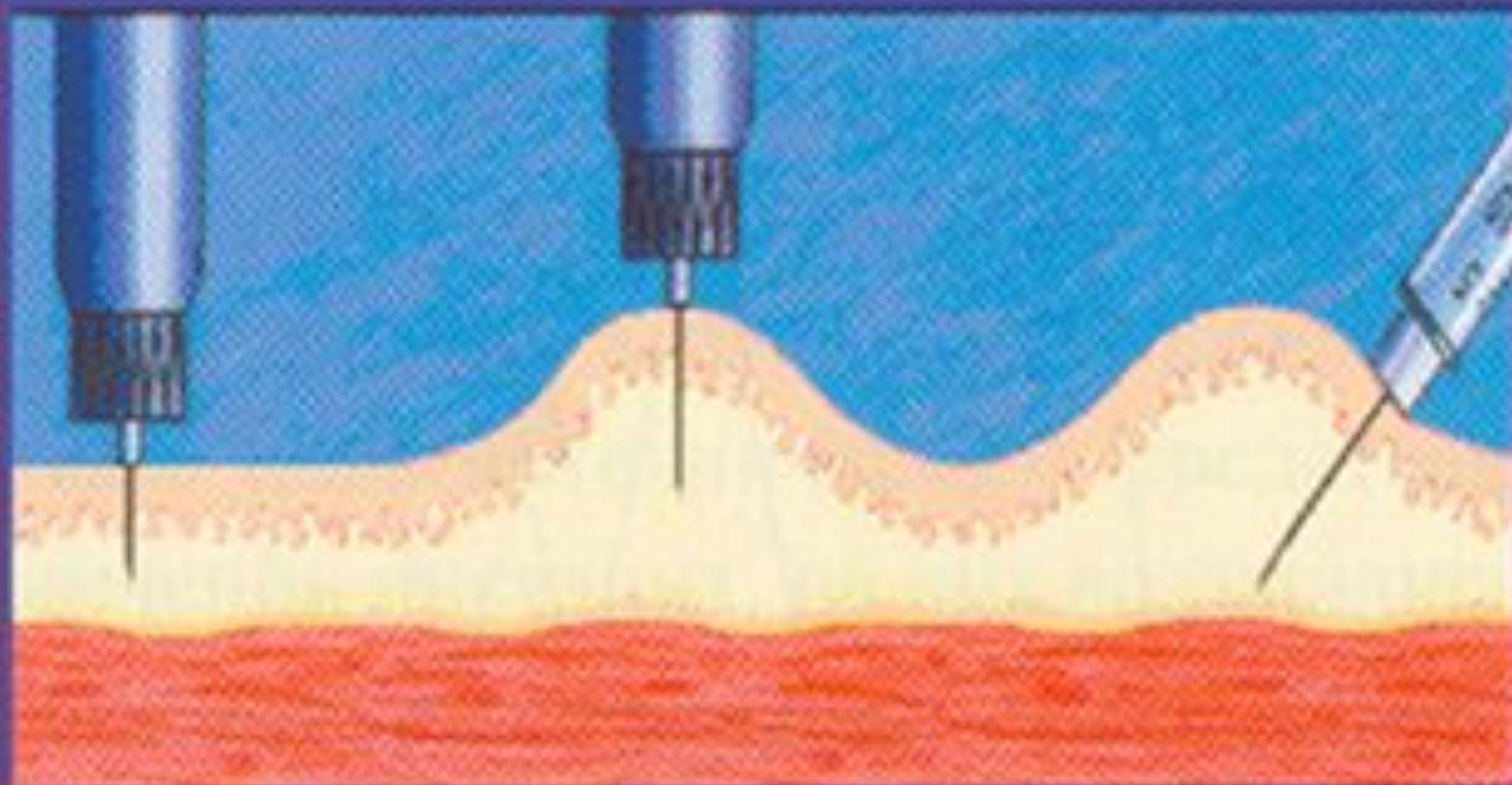
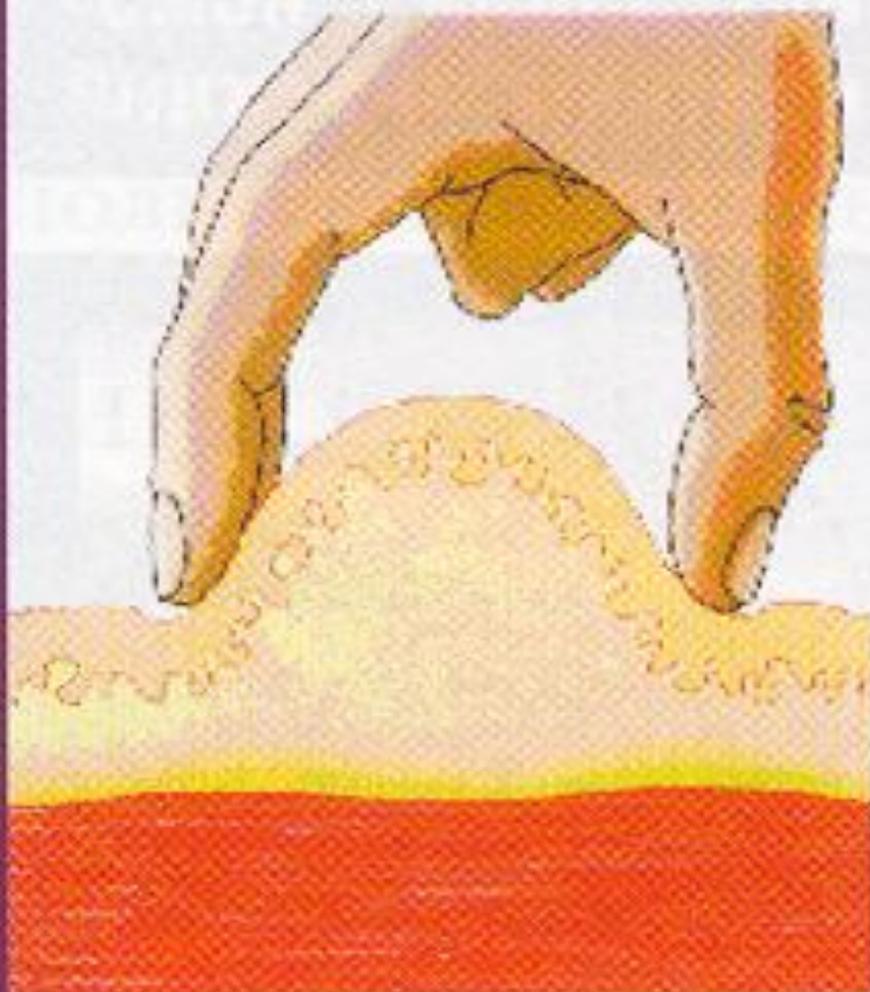


Рисунок 1. Введение инсулина иглами различной длины

ПРАВИЛЬНО



НЕПРАВИЛЬНО

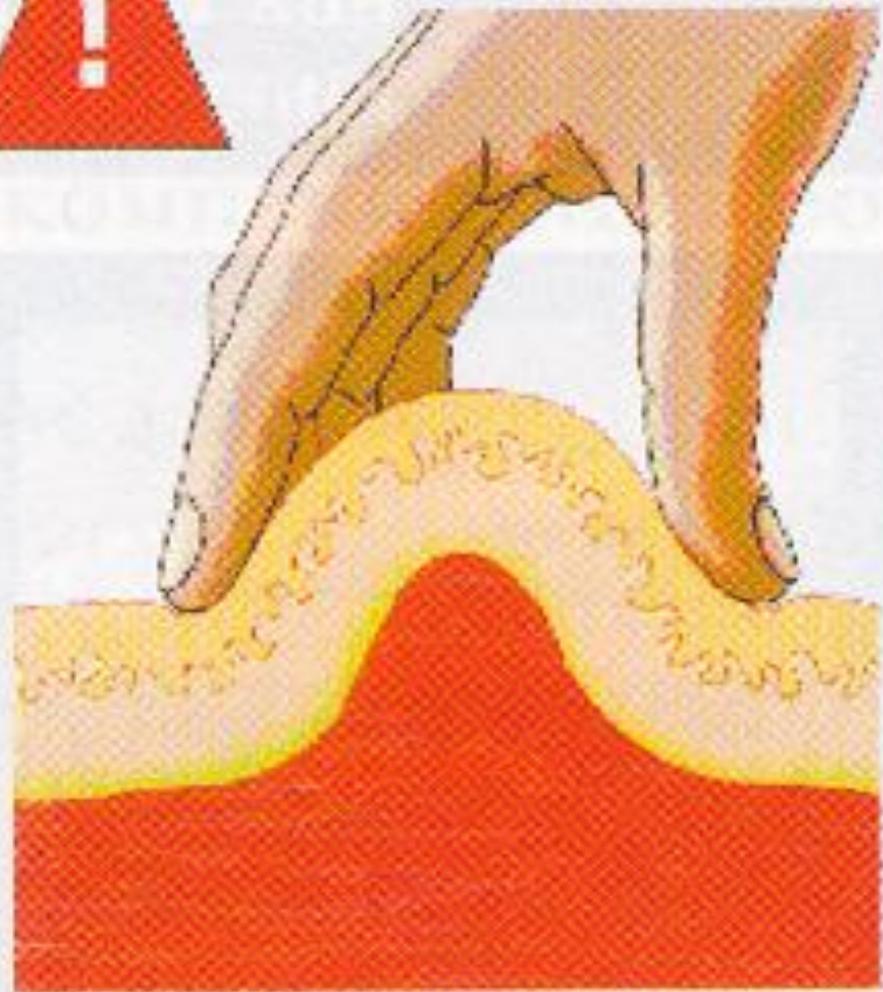
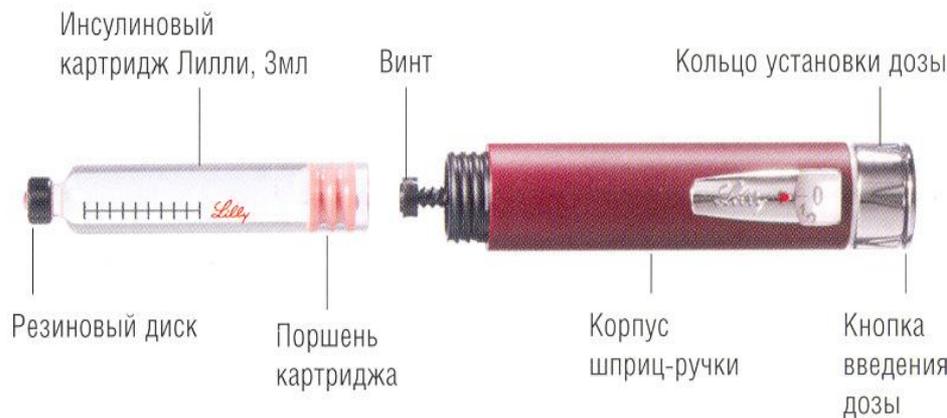


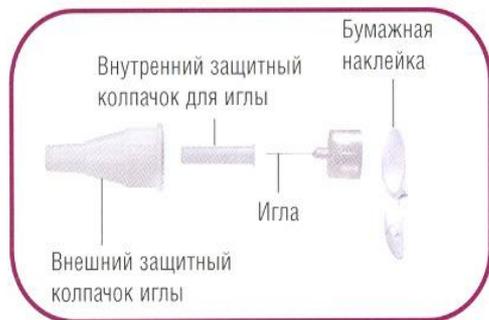
Рисунок 2. **Формирование складки
кожи для инъекции инсулина**

ХумаПен™

ЛЮКСУРА Шприц-ручка для введения инсулина



Игла для шприц-ручки (в комплектацию не входит)

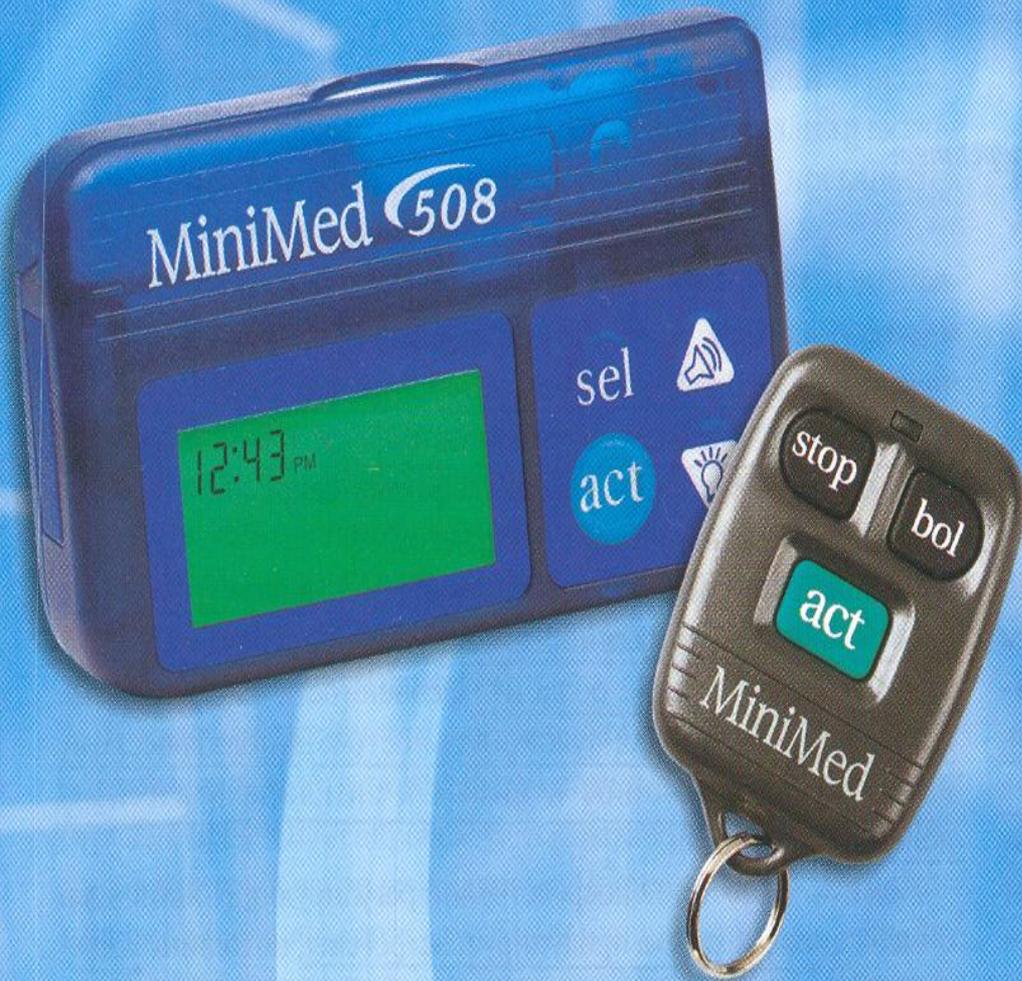


К Хумапен® Люксура прилагается подробное руководство по применению, которое необходимо прочитать перед использованием.

Как и со всеми медицинскими приборами, рекомендуется, чтобы перед первым самостоятельным применением шприц-ручки Вас обучил этому врач.

Хумапен® Люксура – стильный дизайн и простота применения

ИНСУЛИНОВАЯ ПОМПА (ДОЗАТОР) -



НЕБОЛЬШОЕ, РАЗМЕРОМ С ПЕЙДЖЕР, УСТРОЙСТВО, ПРЕДНАЗНАЧЕННОЕ ДЛЯ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ТОЧНОГО АВТОМАТИЧЕСКОГО ПОСТОЯННОГО ВВЕДЕНИЯ МАЛЫХ ДОЗ ИНСУЛИНА В ДВОЙНОМ РЕЖИМЕ: БАЗАЛЬНОМ (ИМИТИРУЮЩЕМ РАБОТУ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ) И БОЛЮСНОМ, СВЯЗАННОМ С ПРИЕМОМ ПИЩИ..

ПОМПА (ДОЗАТОР) ПОЗВОЛЯЕТ ПАЦИЕНТУ:

- резко снизить риск гипогликемий
- забыть о многочисленных инъекциях
- постоянно вводить инсулин малыми дозами с шагом 0.1 единица

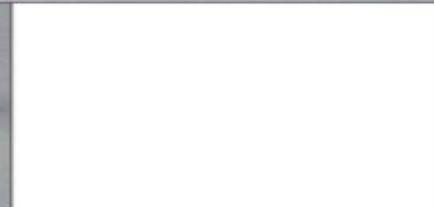
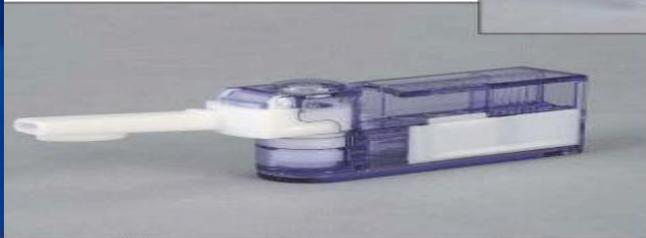
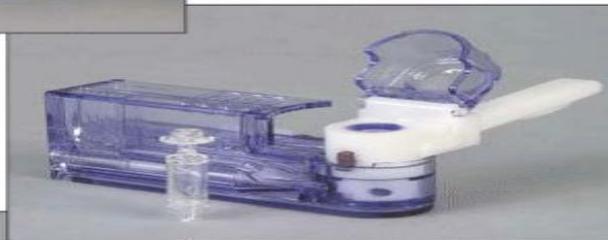
ПЕРЕСЧЕТ НЕОБХОДИМОЙ ДОЗЫ ИНСУЛИНА ПРИ ПЕРЕХОДЕ С РЕЖИМА МНОГОКРАТНЫХ ИНЪЕКЦИЙ НА ПОМПУ ПРОВОДИТ ТОЛЬКО ОБУЧЕННЫЙ ВРАЧ

- принимать пищу когда хочется
- отдалить наступление осложнений и жить свободно
- «управлять дистанционно» с помощью пульта

ЭТО НОВЫЙ ШАГ В ТЕРАПИИ САХАРНОГО ДИАБЕТА. ПОМПА ДАЕТ ОЩУЩЕНИЕ СВОБОДЫ. НОВАЯ ТЕРАПИЯ ПРИШЛА В РОССИЮ.







Ингалятор будет продаваться с некоторым количеством картриджей.

Новый препарат не требуется хранить в прохладном месте.

Ингалятор нужно менять примерно каждые две недели

Международные исследования завершаются в

ПЕРОРАЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

1) производные сульфаниламиды
(манинил, глюренор м, диабетон, предиап)

2) Бигуаниды

(силубин, адебит, метформин, глюкофаж, сиофор)

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ:

- лимонник, элеутерококк

- женьшень, аралия

- стручки фасоли

- овес, топинамбур

- корень одуванчика

План ухода (продолжение)

- **Обучение пациента методам экспресс-диагностики сахара крови и мочи.**

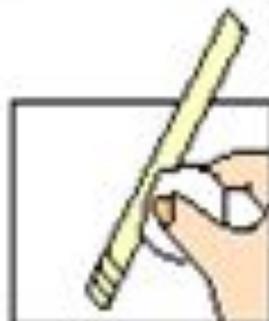
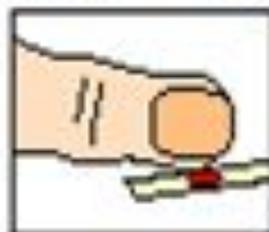
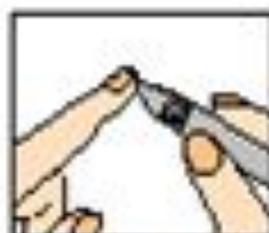
КАК ПРАВИЛЬНО САМОСТОЯТЕЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЬ САХАР КРОВИ

1. ВЫМЫТЬ РУКИ

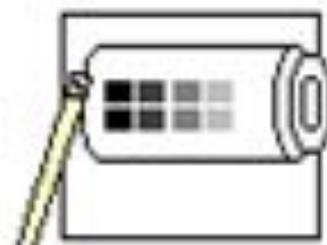
2. СДЕЛАТЬ ПРОКОЛ
ПАЛЬЦА С ПОМОЩЬЮ
ЛАНЦЕТА

3. НАНЕСТИ КАПЛЮ
НА ТЕСТ-ПОЛОСКУ

4. КУСОЧКОМ ВАТЫ
СТЕРЕТЬ КРОВЬ
С ТЕСТ-ПОЛОСКИ



5. СРАВНИТЬ ЦВЕТ
ПОЛОСКИ
СО ШКАЛОЙ
НА ФЛАКОНЕ



6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ДОЛЖНО
ПРОВОДИТЬСЯ ПРИ
ХОРОШЕМ ОСВЕЩЕНИИ

КАК ЧАСТО НУЖНО КОНТРОЛИРОВАТЬ УРОВЕНЬ САХАРА В КРОВИ?

▶ ЕЖЕДНЕВНО

- ПЕРЕД ОСНОВНЫМИ ПРИЕМАМИ ПИЩИ
- ПЕРЕД СНОМ

