врач и пациент

Эффективный самоконтроль при сахарном диабете

Самоконтроль уровня глюкозы крови – ключевой фактор, влияющий на уровень компенсации сахарного диабета (СД).

Понятие самоконтроля включает в себя регулярное самостоятельное измерение пациентом с помощью глюкометра уровня глюкозы в крови между визитами к врачу и использование полученных результатов для корректировки диеты, образа жизни и режима сахароснижающей терапии (см. рисунок). Цель самоконтроля – отслеживание уровня глюкозы крови, улучшение контроля гликемии и достижение целевого значения уровня глюкозы крови.

ВАЖНО! Пациент должен не только знать, как получать правильные данные самоконтроля, например, откуда брать пробу, когда и как часто выполнять тест, но и определять индивидуальный целевой уровень гликемии (натощак или после еды), самостоятельно организовать свой образ жизни и/или прием препаратов согласно установленному целевому уровню глюкозы в крови, уметь принимать меры, если уровень глюкозы не соответствует целевому.

ВАЖНО! Если дневник самоконтроля отсутствует и пациент надеется только на показатели, записанные в память глюкометра, то дальнейший анализ колебаний гликемии в течение дня становится практически невозможным.

Уровень гликированного гемоглобина

Гликированный гемоглобин отражает уровень среднесуточной гликемии за последние 2–3 мес и является интегральным показателем, характеризующим степень компенсации углеводного обмена при СД.

Сравнение данных, полученных при самоконтроле, с уровнем гликированного гемоглобина дает дополнительные возможности для улучшения компенсации углеводного обмена при СД. Знание пациентом своего уровня гликированного гемоглобина позволяет ему контролировать точность данных, полученных при самоконтроле, способствует более точной оценке больным качества лечения, лучшему пониманию задач лечения и более тесному взаимодействию с лечащим врачом. Пациент становится не пассивным наблюдателем за своим состоянием, а активным участником лечения.

ВАЖНО! Особенно тщательный и более частый самоконтроль необходим во время назначения новых сахароснижающих препаратов или дополнительных лекарственных средств во время беременности, во время острых или обострения имеющихся хронических заболеваний, до и после физических нагрузок, во время вождения автомобиля (табл. 1).

Если пациент уже достиг целевого уровня гликированного гемоглобина, то учащение кратности самоконтроля более 3–4 определений в день практически не приводит к изменению этого показателя.

Поддержание уровня глюкозы крови в пределах целевых значений, максимально приближенных к нормальным, особенно необходимо для предотвращения или замедления развития осложнений СД.

Возможные проблемы

Улучшение компенсации СД может приводить к учащению гипогликемических реакций. Так, в исследовании DCCT показано, что при достоверном снижении уровня гликированного гемоглобина происходит также достоверное увеличение частоты тяжелых гипогликемических реакций. В связи с этим самоконтроль уровня глюкозы крови приобретает особо важное значение, так как он позволяет пациентам прогнозировать возникновение гипогликемических реакций, и соответственно, предотвращать тяжелые гипогликемические реакции при СД типа 1 (СД 1) и СД 2.

Клинические проявления гипогликемических состояний

Вегетативные симптомы выходят на первый план при остром понижении уровня глюкозы и наиболее часто проявляются в виде гипергидроза, беспокойства, тремора конечностей, тахикардии и ощущения перебоев в работе сердца, приступов стенокардии.

Нейрогликопенические – преобладают при постепенном понижении уровня глюкозы и проявляются головокружением, спутанностью сознания, нарушением зрения, парестезиями, судорогами, комой.

Точность

Важными считаются вопросы, связанные с точностью определения уровня глюкозы крови. Насколько точным должен быть аппарат для измерения глюкозы крови, какие факторы (табл. 2) могут влиять на точность определения гликемии глюкометром?

Вопросы кодирования прибора

Любая тест-полоска для измерения уровня глюкозы крови имеет многокомпонентный состав и проходит большое количество производственных этапов, поэтому возможны вариации в материалах/компонентах и производственных процессах. Это влияет на реактивность каждой партии тест-полосок, и, для того чтобы компенсировать эти влияния, для каждой партии тест-полосок устанавливается свой код. Именно поэтому самая частая ошибка в самоконтроле – неправильное кодирование глюкометра.

Контур ТС

Портативный глюкометр Контур ТС позволяет совершать измерения, минуя процесс дополнительной кодировки. При установке тест-полоски прибор автоматически кодируется, что позволяет исключить дополнительные ошибки в измерении и повысить комплаентность пациентов к этой манипуляции. Необходимо отметить и то, что эргономичный дизайн тест-полоски обеспечивает возможность эксплуатации глюкометра как пациентами пожилого возраста, так и имеющими нарушения мелкой моторики.

По материалам журналов «Справочник поликлинического врача», «Consilium Medicum»

Алгоритм мониторинга уровня глюкозы крови.

Самоконтроль
↓
Пациент вносит результаты измерений в дневник
↓
Врач анализирует результаты и вместе с пациентом определяет степень отклонения реальных значений глюкозы крови от целевых
↓
Врач составляет план лечения, включающий новые цели по контролю уровня глюкозы в крови
↓
Пациент продолжает отслеживание уровня глюкозы в крови, используя самоконтроль для того, чтобы проверить, насколько составленный план лечения работает на достижение целевого уровня глюкозы в крови

Таблица 1. Рекомендуемая частота самоконтроля в зависимости от типа СД, степени компенсации углеводного обмена и вида получаемой сахароснижающей терапии

СД 1	СД 2, на инсулине	СД 2, без инсулина
При беременности – не менее 7 раз в сутки		
При декомпенсации – до 7 раз в сутки	При декомпенсации – до 3–4 раз в сутки	
До 3–4 раз в сутки	До 3–4 раз в сутки – *при интенсивной схеме инсулинотерапии*; не менее 1 раза в сутки в разное время = 1 гликемический профиль в неделю – *при комбинированном лечении* (пероральные сахароснижающие препараты + базальный инсулин)	Не менее 1 раза в сутки в разное время = 1 гликемический профиль в неделю – при лечении *пероральными сахароснижающими препаратами*; 1 раз в неделю в разное время суток – при диетотерапии

Таблица 2. Факторы, влияющие на точность измерения уровня глюкозы крови глюкометром

Со стороны прибора	Со стороны пациента
• Гематокрит • Интерференция (кислород, мальтоза, другие агенты) • Температура • Влажность	• Место взятия крови • «Недозаполнение» кровью тест-полоски • Срок годности и условия хранения тест-полосок • Влажные и грязные руки • Кодирование/калибровка
Другие условия	
Сильная дегидратация	

150 Years
Science For A Better Life

ГЛЮКОМЕТР
без кодирования –
проще
простого!

Высокая точность измерений • Не требует кодирования • Фермент нового поколения

Сахарный диабет относится к числу наиболее распространенных болезней цивилизации. ВОЗ назвала сахарный диабет эпидемией XXI века. Но сегодня можно жить с ним долго и добиваться успехов в жизни. Надо только научиться управлять диабетом. А чтобы им эффективно управлять, надо знать свой уровень сахара крови. Для этого существуют так называемые средства самоконтроля, а проще говоря, глюкометры. Но какой выбрать, какой точнее, проще в использовании?
Давайте обратимся к производителям. А кто вообще придумал глюкометр?
Первый переносной глюкометр был предложен немецкой компанией «Байер». И случилось это в 1969 г. А в 1985 г. компания «Байер» разработала и вывела на рынок следующую новинку – глюкометр, который впервые позволял сохранять результаты измерений в памяти, представляя возможность их сравнивать.
Вскоре компания «Байер» предложила технологию, позволившую уменьшить размер капли крови для тестирования и не делать анализ столь травмирующим. Эта технология основана на капиллярном всасывании крови тест-полоской.
Последняя инновация от компании «Байер» – это технология **«Без кодирования».**
Эта технология используется в работе нового глюкометра – «Контур ТС (CONTOUR TS)». Технология «Без кодирования» отличается тем, что пациенту больше не нужно вводить чип или цифры при открывании каждого нового флакона тест-полосок. По данным европейского исследования, некоторое число людей при выполнении этой процедуры ошибаются по самым разным причинам: из-за своей невнимательности или из-за того, что недопоняли, что и как надо делать. Они забывают о необходимости введения кода или вводят его неправильно. Соответственно они получают неверный результат. Неправильно кодированный прибор может давать результат с ошибкой до 43%* и выше – это очень значимо, особенно для людей с лабильным диабетом или находящихся на инсулине.
Каждая тест-полоска к глюкометру «Контур ТС» содержит в себе специальный дополнительный электрод, который и позволяет глюкометру определять ее свойства. Поэтому пациенту не надо задумываться, правильно ли закодирован прибор. Тестирование с помощью глюкометра «Контур ТС» очень простое – нужно только вставить тест-полоску в порт и поднести палец с крошечной капелькой крови к кончику полоски. Даже на кнопки не надо нажимать! «Контур ТС» прост в применении и точен, т.к. исключаются ошибки, связанные с неправильным кодированием. В тест-полосках используется фермент нового поколения, исключающий нежелательные влияния на результат неглюкозных сахаров, лекарственных препаратов, кислорода и пр. Время измерения составляет всего 8 сек, что позволяет пользоваться прибором на работе, дома, в дороге.

*Joy Frank, RN; Linda Rivera, RN, BSN Consumer Product Testing, Inc., Fairfield, New Jersey Jane F. Wallace, CCRA; Joan Lee Parkes, PhD, CCRA; Clinical & Outcomes Research, Bayer Healthcare LLC, Diabetes Care. Performance and Ease of use of the CONTOURTM TS Blood Glucose Monitoring System: Capillary, Venous and Alternative Site Testing (AST) Blood, 2007.

www.bayerhealthcare.ru
Телефон бесплатной горячей линии по глюкометрам «Байер» 8 800 200 44 43
Реклама

КОНТУР ТС

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.