

Типы инсулина

Существует несколько типов инсулина, которые различаются по скорости и продолжительности действия в организме. Ваш врач проведет обследование и выберет тип, наиболее подходящий для Вас.



Тип инсулина	Высвобождение (время начала действия*)	Пик (время, необходимое для достижения максимального уровня эффективности*)	Продолжительность действия (время, в течение которого действует инсулин)
Ультракороткого действия	≈15 минут	≈1 час	≈2–4 часа
Короткого действия	≈30 минут	≈2–3 часа	≈3–6 часов
Средней продолжительности действия	≈2–4 часа	≈4–12 часов	≈12–18 часов
Длительного действия	≈1–2 часа	Снижает уровень сахара в крови достаточно стабильно на протяжении 24 часов	

* Время после введения

Жизнь с диабетом: практические советы

Правильное питание

Пища оказывает большое влияние на уровень сахара в крови. Важно следить за тем, что Вы едите, и регулировать график инъекций инсулина в соответствии с приемами пищи. Врач-эндокринолог, специализирующийся на лечении диабета 1 типа, поможет Вам составить план сбалансированного питания, подобрать дозы инсулина и правильный уровень физической нагрузки. Как только Ваши пищевые привычки или предпочтения меняются, следует пересматривать свой план питания!

Физические упражнения

Когда Вы двигаетесь, Ваше тело потребляет больше энергии и быстрее расходует сахар, чем в состоянии покоя. Активный образ жизни — это хорошо! В долгосрочной перспективе с помощью физических упражнений Вы сможете стабилизировать уровень сахара в крови.

Поддержка

Социальная и эмоциональная поддержка положительно влияют на самочувствие. Делиться своим опытом с другими больными диабетом может быть очень полезно. Широкая поддержка в лице членов семьи, друзей и организаций, помогающих больным диабетом, оказывает реальную помощь!

Хранение инсулина

Инсулин необходимо хранить в холодильнике. Если укол холодного инсулина является для Вас болезненным, флакон с препаратом можно подержать при комнатной температуре (как правило, около 20 °C) перед введением. Некоторые препараты инсулина можно хранить в таких условиях в течение месяца. **Обязательно читайте и соблюдайте инструкции производителя.**

За дополнительной информацией и индивидуальной консультацией по диабету 1 типа обращайтесь к Вашему врачу.

Хотите узнать больше о диабете?

Посетите наш сайт:

www.diabetes.ascensia.com.ru

Предупреждение: данная брошюра не заменяет консультацию врача.

Источник: www.diabetes.org



Ascensia Diabetes Care Holdings AG
Peter Merian-Strasse 90
4052 Basel
Швейцария
www.diabetes.ascensia.com

Ascensia, логотип Ascensia Diabetes Care являются товарными знаками и (или) зарегистрированными товарными знаками компании Ascensia Diabetes Care Holdings AG (Асцензия Диабетис Кеа Холдингс АГ). © Ascensia Diabetes Care Holdings AG, 2019. Все права защищены. Дата подготовки: январь 2019 г.



Диабет 1 типа

Основная информация для больных диабетом 1 типа



Диабет 1 типа

Жизнь с диабетом (сахарная болезнь)

Если у Вас диабет, Вы не одиноки. Миллионы людей в мире живут с диабетом — около 5 % из них страдают диабетом 1 типа и 95 % — диабетом 2 типа.

Диабет 1 типа может появиться в любом возрасте.

Это заболевание поддается лечению, и при правильной терапии с раннего возраста с ним можно прожить долгую полноценную жизнь.

Правильное питание, физические упражнения, социальная поддержка, контроль уровня сахара в крови, введение инсулина и прием других препаратов играют в этом важную роль!

Диабет: что нужно знать?

Диабет — это заболевание, основным признаком которого является повышенный уровень сахара (глюкозы) в крови.

Диабет 1 типа — это заболевание, при котором организм не вырабатывает инсулин или вырабатывает его в недостаточном количестве. Инсулин необходим клеткам для всасывания глюкозы. Глюкоза поступает в организм из пищи и используется во всех клетках и органах для производства энергии.

Нехватку инсулина в организме нужно возмещать.

Поскольку инсулин не выпускается в формах для перорального применения, необходимо делать инъекции.

Организм больных **диабетом 2 типа** может вырабатывать инсулин, однако клетки не реагируют на него должным образом. Большинству людей, страдающих диабетом 2 типа, требуются таблетки и (или) инъекции инсулина, чтобы регулировать количество глюкозы в крови (уровень сахара в крови).

Норма сахара в крови

Прием пищи, благодаря которому глюкоза доставляется в клетки и превращается в энергию, играет важную роль для организма. Уровень сахара в крови является результатом этих процессов. Если этот уровень слишком низок или высок, существует риск серьезных последствий для организма. Поэтому нормальный уровень сахара в крови крайне важен для здоровья.

Контроль уровня сахара в крови очень важен!

Как контролировать уровень сахара в крови

Уровень сахара в крови можно измерить с помощью глюкометра. Просто проколите палец и получите каплю крови. Глюкометр покажет Ваш текущий уровень сахара в крови. Таким образом можно проверять, соответствует ли уровень сахара в крови норме.

Контроль уровня сахара в крови — самый важный метод проверки эффективности мер по контролю диабета!

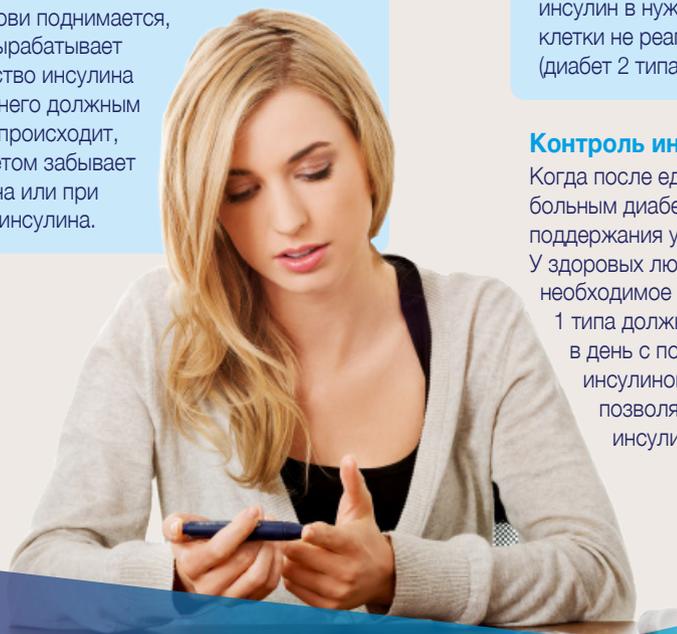
Эффективный контроль диабета

Для эффективного контроля диабета необходимо поддерживать уровень сахара в крови в пределах нормы посредством регулярных инъекций правильно подобранной дозы инсулина. Однако вследствие изменения пищевых привычек (например, строгая диета) или физической нагрузки уровень сахара в крови может повышаться или понижаться.

Гипергликемия — повышенный уровень сахара в крови

Когда уровень сахара в крови поднимается выше нормы, наступает состояние гипергликемии. Если уровень сахара в крови остается повышенным в течение долгого времени, возникает риск повреждения внутренних органов и развития осложнений.

Уровень сахара в крови поднимается, когда организм не вырабатывает достаточное количество инсулина или не реагирует на него должным образом. Это также происходит, когда больной диабетом забывает об инъекции инсулина или при недостаточной дозе инсулина.



Гипогликемия — пониженный уровень сахара в крови

Уровень сахара в крови также может быть ниже нормы, что влечет за собой гипогликемию. Гипогликемию часто называют «инсулиновой реакцией», поскольку она может возникать вследствие избыточных доз инсулина. Низкий уровень сахара в крови, как правило, встречается у больных диабетом 1 типа — в среднем симптомы возникают дважды в неделю. Количество незамеченных случаев снижения уровня сахара в крови (бессимптомных, в ночное время) может быть намного больше.

При очень низком уровне сахара в крови можно утратить важные функции, такие как способность нормально думать и работать. При низком уровне сахара в крови действовать нужно незамедлительно! Свяжитесь с Вашим врачом, чтобы обсудить индивидуальный целевой диапазон уровня сахара в крови.

Инсулин: что нужно знать?

Инсулин — это гормон, который вырабатывается поджелудочной железой. Без инсулина глюкоза не может всасываться клетками и скапливается в крови. Инсулин — это лекарственный препарат для людей, поджелудочная железа которых не вырабатывает инсулин в нужном количестве (диабет 1 типа) или чьи клетки не реагируют на инсулин должным образом (диабет 2 типа).

Контроль инсулина — все в Ваших руках!

Когда после еды уровень сахара в крови повышается, больным диабетом 1 типа нужен инсулин для поддержания уровня сахара в пределах нормы. У здоровых людей поджелудочная железа вырабатывает необходимое количество инсулина. Больные диабетом 1 типа должны вводить инсулин несколько раз в день с помощью инсулиновых ручек, шприцов или инсулиновых помп. Контроль уровня сахара в крови позволяет определять время введения и дозу инсулина.