

Samokontrola



*terapija
inzulinom*

broj **2**

Ascensia™

Vaš život. Vaš izbor.™

Ascensia CONTOUR™

Diabetes Care System

***Vrhunska kvaliteta
uz vrhunski dizajn!***



Savršeno točan...

→ zahvaljujući autokalibraciji instrumenta!

pouzdan...

→ zahvaljujući kapilarnoj senzorskoj tehnologiji!

gotovo bezbolan...

→ najmanji uzorak do sada - samo 0,6µL

i sve to za samo 15 sekundi!

Ascensia™ BREEZE™

Blood Glucose Monitoring System

**Uvijek spreman za
mjerjenje!**



Praktičan...

- ➔ stavljanjem diska s test sensorima u instrument na raspolaganju Vam je 10 mjerenja!

pouzdan...

- ➔ zahvaljujući kapilarnoj senzorskoj tehnologiji i autokalibraciji instrumenta!

siguran...

- ➔ zvučni signal daje potvrdu ispravnosti postupka!

**oblikovan prema
Vašim potrebama!**

Osnovni izvor energije u našem organizmu je šećer (glukoza). Glukoza u stanice ulazi pomoću inzulina, pri čemu inzulin možemo zamisliti kao ključ koji otvara «bravice» - receptore na stanicama.

Šećernu bolest karakterizira nesposobnost organizma da razinu šećera (glukoze) održava u granicama normale. Razlikujemo dva osnovna tipa bolesti: Tip I i Tip II.

U šećernoj bolesti Tip I poremećeno je stvaranje inzulina u otočićima žlijezde gušterače pa ga u organizmu nedostaje. Radi toga su ulaz glukoze u stanice i njena razgradnja djelomice ili u potpunosti onemogućeni. Stanice su «gladne», nedostaje energije, a u krvi je razina glukoze povišena.

RAZLOZI ZA REGULIRANJE GLUKOZE

Dva važna razloga za regulaciju vrijednosti glukoze u krvi su:

1. Osiguranje dostatnog izvora energije

Nakon ulaska glukoze u stanice dolazi do njene razgradnje. U postupku razgradnje oslobađa se energija koju naše stanice koriste za život i omogućuje nam disanje, razmišljanje, kretanje...Ukoliko glukoza ne ulazi u stanice nedostaje nam energije te se aktiviraju alternativni izvori energije koji zakiseljuju i oštećuju organizam.

2. Sprečavanje štetnog djelovanja povišene razine glukoze

Dugotrajno povišena razina glukoze uzrokuje oštećenja na stanicama, u prvom redu malih i velikih krvnih žila. Radi toga dolazi do oštećenja funkcije vitalnih organa. Najčešće su zahvaćeni oči, srce, bubrezi, mozak i krvne žile potkoljenica što vodi u invaliditet i/ili preranu smrt. Pridržavanjem određenih postupaka u liječenju (inzulin, pravilna prehrana, tjelovježba, tablete) moguće je glukozu održavati u normalnoj razini i tako izbjeći mogućnost daljnjih oštećenja organizma.



SAMOKONTROLA

Zašto je potrebno provoditi samokontrolu?

Zamislite sljedeće: Vozite automobil zavojitom cestom. Da biste sigurno stigli na određite potrebno je stalno pratiti promet i brzinu prilagoditi uvjetima. Ne možete voziti zavezanih očiju jer vam je vid potreban za odluku o akcijama. U šećernoj bolesti samokontrolom dobijate uvid u vrijednosti glukoze, što vam omogućuje da se aktivnije prilagodite uvjetima liječenja.

Cilj samokontrole je usklađivanje terapije - doze i vrste inzulina sa planiranim tjelesnim aktivnostima i obrocima.

Konačni nam je cilj održati razinu glukoze unutar ciljnog intervala, ostati "na cesti" i time si osigurati dug i kvalitetan život.

Kako provoditi samokontrolu?

Postoje dvije osnovne vrste kontrole glukoze koje možete provoditi sami:

- 1. Mjerenjem glukoze u kapilarnoj krvi.** Postoji cijeli niz praktičnih instrumenata za određivanje koncentracije glukoze u kapilarnoj krvi. Pomoću njih dobijate uvid u trenutno stanje. Tvrtka BAYER proizvođač je Ascensia instrumenata karakteriziranih senzorskom tehnologijom, koja osigurava izvrsnu točnost i usporedivost s



Vaš život. Vaš izbor.

laboratorijskim rezultatima. **Dobivene vrijednosti glukoze u krvi izvrсна su smjernica vama i vašem liječniku (dijabetologu) za bolje podešavanje terapije.**

- 2. Određivanjem glukoze i ketona u mokraći.** U mokraći normalno nema glukoze, no ako je u krvi ima previše (iznad 10mmol/L), glukoza će se prelići u mokraću. Rezultat koji očitavate ne predstavlja trenutnu vrijednost glukoze u krvi već je to odraz kretanja glukoze u periodu od prethodnog mokrenja. Preporuča se provjeriti prvi jutarnji urin na prisutnost glukoze i/ili ketona tijekom noći kako biste stekli uvid u noćnu glikemiju. Detaljno objašnjenje o samokontroli glukoze i ketona u mokraći pročitajte u brošuri o samokontroli mokraće KetoDiastix test trakama tvrtke BAYER.

Kada provoditi samokontrolu glukoze u krvi?

U pravilu je mjerenje glukoze potrebno provoditi u određenim «točkama»

- prije obroka i/ili inzulina
- 2 sata nakon započinjanja obroka
- prije spavanja
- između 3 i 4 sta ujutro

Učestalost, kao i eventualne izvanredne «točke» mjerenja (kao npr. kod mokraće pozitivne na glukozu, hipo- i hiperglikemije) treba dogovoriti s liječnikom.

Normalne vrijednosti glukoze u krvi: 3,5 - 6,5 mmol/L

Ciljne vrijednosti kod liječenja šećerne bolesti:

- natašte: 4-7 mmol/L*
- 2 sata poslije obroka: manje od 9 mmol/L*

Hiperglikemija iznad 9 mmol/L*

Hipoglikemija ispod 4 mmol/L*

* Aguilar M, Alberti KGGM, Amiel SA, Azzopardi J, Berne C, Bilous.

A desktop guide to type 2 diabetes mellitus. Diab Med 1999; 16: 716-30

DNEVNIK SAMOKONTROLE

Primjer dnevnika samokontrole

	glukoza u krvi (mmol/L)					
	doručak		ručak		večera	
	prije	2 h poslije	prije	2 h poslije	prije	2 h poslije
ponedeljak	4,9	11,9	6,9	4,3	11,8	3,3
utorak	6,1	10,1	3,8	6,0	10,2	7,2
srijeda	6,5	8,7	3,9	2,2	3,4	8,1
četvrtak	6,4	7,7	3,4	5,7	5,7	2,8
petak	3,8	6,7	3,6	6,2	5,2	4,0
subota	5,1	7,1	4,2	5,0	4,0	6,0
nedelja	7,0	5,3	4,2	6,0	5,1	6,7



Zašto voditi Dnevnik samokontrole?

Sve rezultate samokontrole zajedno sa dozama inzulina i izvanrednim događajima upisujte u dnevnik. Dnevnik je vrlo važno oruđe jer zapisana informacija najviše pomaže, a na vlastitim pogreškama najbolje se uči.

Vašem liječniku dijabetologu dnevnik daje najbolji uvid u kretanje glikemije u svakodnevnom životu pa je velika pomoć kod podešavanja terapije.

Što s dobivenim rezultatima?

Na dobivene rezultate glukoze u krvi i mokraći potrebno je reagirati. Dakle, isto kao što mijenjamo način oblačenja ovisno o temperaturi zraka tako se ovisno o kretanju glukoze mijenja i terapija. O detaljima promjene terapije prema kretanju glukoze u krvi dogovorite s vašim liječnikom dijabetologom.

Kako do instrumenta za samokontrolu i test traka?

Sve osigurane osobe na inzulinskoj terapiji mogu na teret zdravstvenog osiguranja dobiti instrument za mjerenje glukoze u krvi uz odgovarajuću količinu test traka kao i određenu količinu test traka za određivanje glukoze i ketona u mokraći (npr. KetoDiastix test trake)

noć	mokraća		napomene
	GuM / AcUM jutro	večer	
7,8	10 / 0	/	
	0 / 0	/	
3,8	0 / 0	/	hodanje, 2 bombona i kruh
3,9	0 / +	/	2 bombona, kruh, mlijeko u noći
4,2	0 / 0	/	
4,0	0 / 0	/	
4,3	0 / 0	/	

Win Glucofacts™

Vaš izbor povjerenja!

Win Glucofact je program namijenjen statističkoj obradi vrijednosti koncentracije glukoze u krvi dobivenih mjerenjem na Ascensia CONTOUR, BREEZE, DEX ili ESPRIT instrumentu

Što Vam je potrebno?

- Osobno računalo 486 ili više
- Windows 95 ili više
- CD ROM drive
- Prostor na HD-u 21 MB
- Ascensia instrument
- Kabel za spajanje s računalom

Gdje i kako nabaviti kabel i program:

Kabel - ukoliko ste vlasnik Ascensia instrumenta dovoljno je javiti se na našu e-mail adresu: bayer-team@medilab.hr i mi ćemo Vam gratis poslati kabel.

Program - možete down-loadati sa web stranice: www.glucometer.co
Ukoliko Vam to ne uspije javite se nama.

MEDILAB

ZASTUPANJE, VANJSKA I UNUTARNJA TRGOVINA, d.o.o.
10000 Zagreb, Hondlova 2/9, tel: 01/ 2356 720, fax: 01/ 2356 700
e-mail: bayer-team@medilab.hr