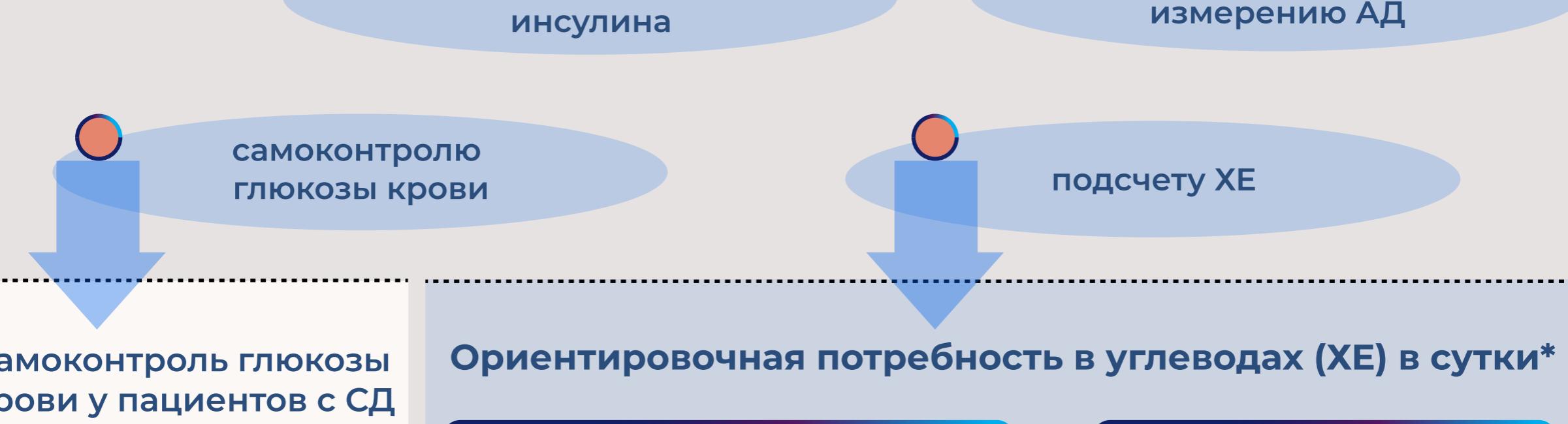


## ОБУЧЕНИЕ БОЛЬНЫХ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ (СД) ПРИНЦИПАМ УПРАВЛЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЕМ – ВАЖНЫЙ КОМПОНЕНТ ЛЕЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Большая часть обучения пациентов должна быть посвящена практической отработке необходимых для самостоятельного управления заболеванием навыков:

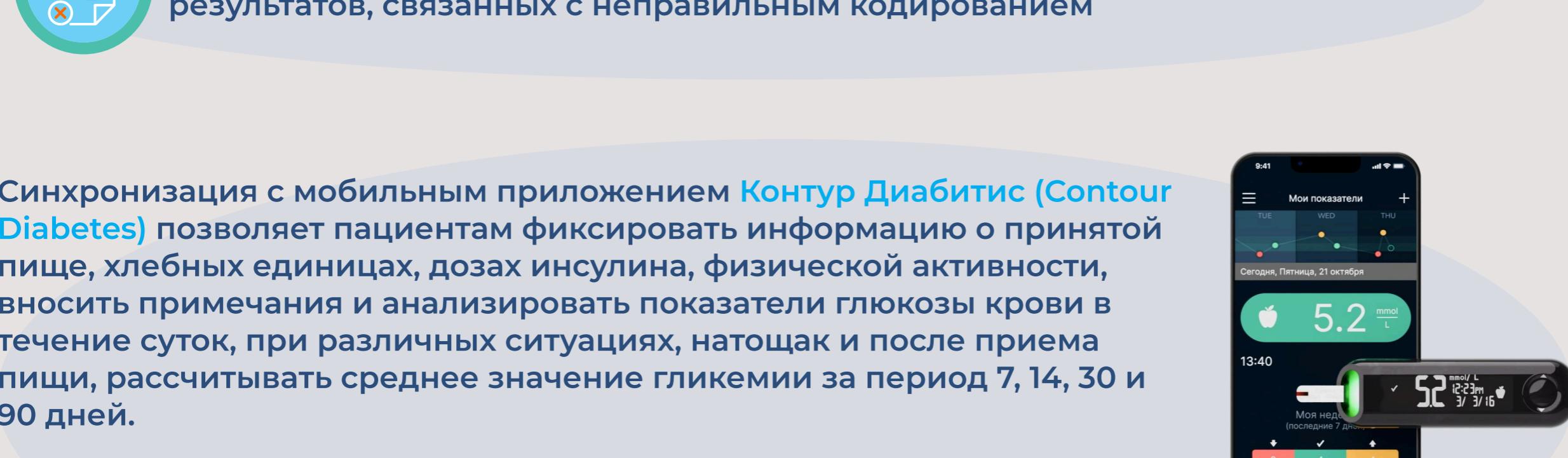


<b>Самоконтроль глюкозы крови у пациентов с СД должен проводиться с помощью современных, точных и удобных в применении портативных глюкометров, таких, например, как Контур Плюс Уан [2]</b>		<b>Ориентировочная потребность в углеводах (ХЕ) в сутки*</b>
<b>Категория пациентов</b>	<b>Количество ХЕ в сутки</b>	
<b>Пациенты с близкой к нормальной массе тела**</b>		
Тяжелый физический труд	25 – 30	
Среднетяжелый физический труд	20 – 24	
Работа «сидячего» типа	16 – 19	
Малоподвижный образ жизни	12 – 15	
<b>Пациенты с избыточной массой тела или ожирением</b>		
Тяжелый физический труд	20 – 25	
Среднетяжелый физический труд	16 – 19	
Работа «сидячего» типа	13 – 15	
Малоподвижный образ жизни	10 – 12	
<b>Пациенты с дефицитом массы тела</b>		
Любой образ жизни	25 – 30	

\*Применима только к взрослым больным СД 1 типа и СД 2 типа, получающим инсулин. В пределах каждой категории мужчины обычно потребляют ХЕ ближе к верхней границе диапазона, женщины – ближе к нижней.

\*\*Близкая к нормальной массе тела указывает на адекватность соотношения между питанием пациента и расходом энергии, поэтому эти пациенты, как правило, не нуждаются в рекомендациях по количеству ХЕ в сутки.

### Возможности Контур Плюс Уан:



Синхронизация с мобильным приложением Контур Диабетис (Contour Diabetes) позволяет пациентам фиксировать информацию о принятой пище, хлебных единицах, дозах инсулина, физической активности, вносить примечания и анализировать показатели глюкозы крови в течение суток, при различных ситуациях, натощак и после приема пищи, рассчитывать среднее значение гликемии за период 7, 14, 30 и 90 дней.

Функция отчета дает возможность предоставлять врачу в электронном виде достоверную информацию, которая синхронизируется из приложения Контур Диабетис (Contour Diabetes)



- Источники литературы:
- Алгоритмы специализированной медицинской помощи больным сахарным диабетом / Под редакцией И.И. Дедова, М.В. Шестаковой, А.Ю. Майорова. – 11-й выпуск. – М., 2023.
  - Батрак Г.А. Панкреатогенный сахарный диабет: особенности развития, клинического течения, диагностики и лечения. Клинический разбор в общей медицине. 2023; 4 (4): 37–41. DOI: 10.47407/kr2023.4.4.00254