

Факторы, улучшающие контроль гликемии

Эффективный контроль сахарного диабета 2-го типа (СД2 типа) может свести до минимума или предотвратить многие из связанных с ним осложнений¹

Программа управления СД 2 типа²



СКГ – ключевой компонент повышения эффективности немедикаментозных и медикаментозных методов управления гликемией^{5,6}

*Прим.: Снижение массы тела примерно на 5,6 кг способно уменьшить риск дальнейшего прогрессирования нарушений углеводного обмена – на 58%³. Кроме того, математический анализ консервативных методов ведения больных СД2 типа показал, что, каждый 1 кг снижения массы тела сопровождается уменьшением HbA_{1c} на 0,1%⁴

СКГ + питание:

- СКГ способствует изменению поведения пациента в отношении питания
- СКГ позволяет выявить повышение постпрандиальной гликемии, оценить влияние факторов питания

СКГ + физическая активность:

- СКГ позволяет дать оценку индивидуальной реакции уровня глюкозы в крови в ответ на различные виды физических нагрузок
- СКГ позволяет повысить мотивацию пациентов к регулярной физической активности
- СКГ необходим перед и после физических нагрузок

СКГ + сахароснижающие препараты:

- СКГ позволяет оценить эффективность сахароснижающей терапии
- СКГ способствует улучшению значений HbA_{1c}, как только пациент увеличивает частоту СКГ, причем независимо от вида сахароснижающей терапии.
- СКГ позволяет своевременно выявить гипогликемию

СКГ + обучение пациентов:

- Происходит выработка обоснованных, положительных мотиваций, формирование и отработка практических навыков, необходимых для самостоятельного правильного измерения гликемии и интерпретации полученных результатов,

«Умная» система Contour™ Plus One (Контур Плюс Уан)

● значительно расширяет возможности управления СД со стороны пациента и взаимодействия с врачом⁶

Интеграция с мобильным приложением Contour™ Diabetes (Контур Диабитис)

Умная система состоит из четырех компонентов:



Глюкометр Контур Плюс Уан (Contour™ Plus One):



Высокая точность, превосходящая требования к точности стандарта ISO 15197:2013^{7,8}

Технология «Второй шанс» – возможность повторного нанесения крови на тест-полоску в случае ее недостаточного заполнения



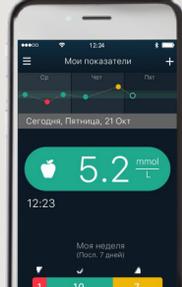
Короткое время измерения глюкозы в крови – 5 сек

Функция «Умная подсветка» (световой индикатор) – показывает, что уровень глюкозы в крови находится в пределах диапазона целевого значения (**зеленый цвет**), выше диапазона целевого значения или ниже диапазона целевого значения (**желтый, красный цвет**, соответственно)



Мобильное приложение Контур Диабитис (Contour Diabetes):

- ✓ **Электронный дневник самоконтроля** (возможность отмечать количество хлебных единиц, сахароснижающую терапию, оставлять примечания, подробные записи о съеденной пище, прикреплять фото блюд, фиксировать изменения в образе жизни и др.)
- ✓ **Функция «Мои тенденции»** – помогает выявлять тенденции в результатах измерения уровня глюкозы в крови, отправляет уведомления, в том числе о возможных причинах отклонений.
- ✓ **Функция отчетов** – пациенты могут предоставлять врачу в электронном виде подробную информацию о мониторинге гликемии, что позволяет совместно выяснить причины отклонения уровня глюкозы крови и выявить ситуации, требующие обращения к врачу.



На сегодняшний день вылечить СД 2 типа невозможно, но им можно хорошо управлять и жить полноценной жизнью¹

Источники литературы:

1. Аметов А.С. Современные методы терапии сахарного диабета 2 типа. РМЖ. 2008;4:170.
2. Сахарный диабет 2 типа у взрослых. Клинические рекомендации МЗ РФ. 2022
3. Бирюкова Е.В., Маркина Н.В., Арбузова М.А. Эффективная и гибкая фармакотерапия в элгологии профилактики сахарного диабета 2 типа в будущем. Сахарный диабет. 2007;10(4):23-28. <https://doi.org/10.14341/2072-0351-5862>
4. Gummesson A, Nyman E, Knutsson M, Karpelors M. Effect of weight reduction on glycated haemoglobin in weight loss trials in patients with type 2 diabetes. Diabetes, Obes Metab. 2017;19(9):1295-1305. <https://doi.org/10.1111/dom.12971>
5. Shah S.Z.A., Karam J.A., Zeb A., Ullah R., Shah A., Haq I.U., et al. Movement is improvement: the therapeutic effects of exercise and general physical activity on glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Diabetes Therapy. 2021;12(3):707–732. doi: 10.1007/s13300-021-01005-1
6. Бирюкова Е.В. Терапевтические возможности и перспективы самоконтроля гликемии – неотъемлемого компонента управления сахарным диабетом. Клинический разбор в общей медицине. 2024; 5 (2): 82–88. doi: 10.47407/kr2023.5.2.00392
7. Freckmann G., Jendrike N., Baumstark A., Pleus S., et al. User Performance Evaluation of Four Blood Glucose Monitoring Systems Applying ISO 15197:2013 Accuracy Criteria and Calculation of Insulin Dosing Errors. Diabetes Ther. 2018;9(2):683-697. doi: 10.1007/s13300-018-0392-6.
8. Bailey TS, Wallace JF, Pardo S, Warchal-Windham ME, Harrison B, Morin R, Christiansen M. Accuracy and User Performance Evaluation of a New, Wireless-enabled Blood Glucose Monitoring System That Links to a Smart Mobile Device. J Diabetes Sci Technol. 2017;11(4):736–743. doi: 10.1177/1932296816680829.