

A VÉRCUKORMÉRÉS JELENTŐSÉGE

9

A korszerű gyógyszerek mellett a vércukor-önellenőrzésnek köszönhetően életminősége az egészséges emberekéhez hasonló lehet. Ehhez alapvető elméleti és gyakorlati tudásra van szüksége, és a tanulás egész életen át tart, mivel az ismereteket időnként frissíteni kell.

A modern vércukormérők kifejlesztése és használata forradalmasította a cukorbetegség gondozását. Magyarországon a vércukor-önellenőrzést elsőként a 77 Elektronika Kft. hazai fejlesztésű és gyártású Dcont® vércukormérő termékcsaládja tette széleskörűen elérhetővé a cukorbetegek számára mintegy három évtizede. A magas színvonalat képviselő márkák közel laboratóriumi mérési pontosságúak. Kérjük, hogy készülékvásárlás előtt kérdezze meg kezelőorvosát!

Egyértelműen sikeresebb a kezelés, ha méri a vércukorszintjét. Ezt a tényt a gondozási eredmények is tükrözik nemcsak életmód-terápián lévő, hanem tablettás kezelést kapó betegek esetében is. Nem képzelhető el olyan sikeres inzulinkezelés, ahol a beteg nem végez vércukor-önellenőrzést. A korszerű készülékek lehetőséget nyújtanak arra, hogy a mért eredményeket használjuk online vércukornaplóban,

mint. pl. a Dcont® eNAPLÓ www.dcont.hu, a világhálón vezesse és azt akár kezelőorvosa a telemedicinás rendszeren keresztül távolról is megtekinthesse.

Ha pedig a hagyományos módon vércukornaplóba rögzíti az adatokat, ezt megfelelő pontossággal tegye. Vércukornaplójába mindig a valós mért adatokat írja be, és soha ne hagyja otthon, amikor orvoshoz megy!

A vércukormérést a kezelés fajtájától függően kell végezni, az adott kezelési rendszer tulajdonságai szerint, mert csak így segíti elő a terápiás döntéseket.

Diétás vagy tablettás kezelés esetén: elég havonta egy-két teljes napot végigmérni. Az étkezés előtti és az étkezés után 1,5 órás vércukorértékekből, valamint a lefekvés kori értékből a kezelőorvos már véleményt tud alkotni az aznapi vércukorprofilról. Így eddig nem ismert diétahibákra, terápiás hiányosságra derülhet fény. A hónap többi napján lépcsőzetes módszerrel minden nap egy időponttal később érdemes mérni, illetve javasolt a reggeli vércukorpár (étkezés előtt és után 1,5 órával), majd másnap a déli vércukorpár, majd a következő napokban az esti vércukorpár mérése.

Hibás elgondolás az, hogy csak a reggeli előtti vércukorértékeket kell mérni. Ez nagyon fontos adat az egyszeri, lefekvéskor alkalmazott inzulininterápia esetén, mivel ilyenkor az inzulin adagját így lehet jól beállítani, azonban javasolt a napközbeni párok mérése is.

Napi 2-3 alkalommal adott keverékinzulin-terápia esetén: a mérések száma növekedhet. Az étkezési párok mérése mellett indokolt a hajnali vércukormérés is a rejtett alacsony vércukorérték diagnosztizálásának érdekében.

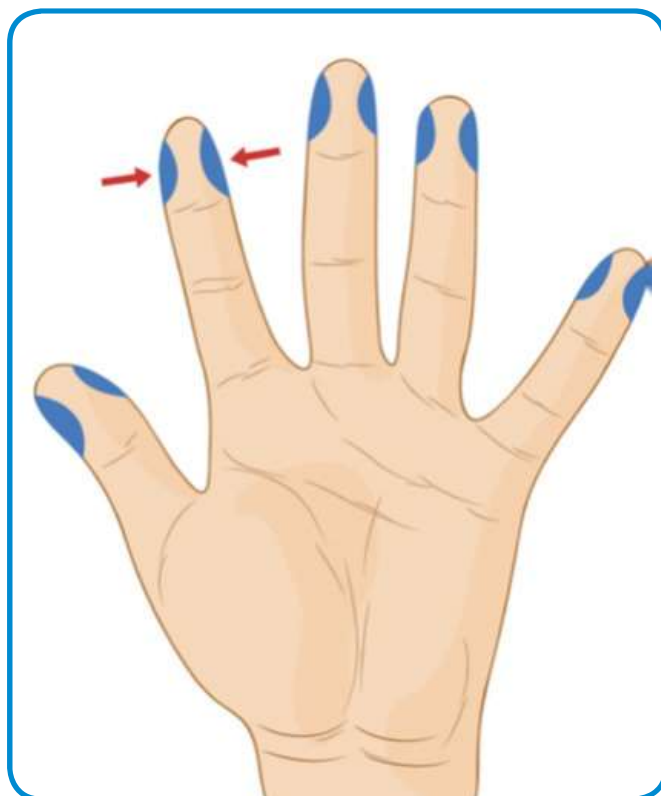
Intenzív inzulinkezelés esetén: naponta 6 mérés javasolt azért, hogy az étkezés előtti és utáni értékekből az étkezési inzulin adagját meg lehessen határozni.

Az éhomi (éhgymorra mért) érték a lefekvéskor adott bázisinzulin adagjának beállításához szükséges. A bázisinzulin esetenként hajnali alacsony vércukorértékeket idézhet elő, ezért

javasolt hetenként 1-2 alkalommal 03 órakor megmérni a vércukrunkat.

A rendszeres és megfelelő vércukorméréssel elősegíti a terápia rövid és hosszú távú sikerét és rendkívül sokat tesz a szövődménymentes életért.

Mivel az ujjbegy tele van idegvégződésekkel, a vércukormérést az ujjak oldalsó élein célszerű végezni, mert ott kevésbé fájdalmas a szúrás. Az új vércukormérő készülékekhez tartozó modern ujjszúrók kíméletesek, és a méréshez kevés vérre van szükség. Fontos, hogy megismerjük és megtanuljuk helyesen használni vércukormérőnket, valamint hogy megértsük és jól fel tudjuk használni a kapott adatokat. Ehhez segítséget a gondozóorvostól és a szaknővértől lehet kérni. Ajánlott a vércukormérőt évente ellenőriztetni szakszervizben.



Az ujjszúrás helyei