

Tipuri de insulină

Există mai multe tipuri de insulină, în funcție de cât de repede și cât de mult timp acționează în organismul uman. Medicul sau asistentul dumneavoastră va colabora cu dumneavoastră pentru a alege tipul de insulină care vi se potrivește cel mai bine.



Tipul de insulină	Declanșare (durata de timp necesară pentru a ajunge în sânge*)	Momentul de vârf (durata necesară pentru a atinge cel mai înalt grad de eficacitate*)	Durata (durata de timp pentru care rămâne eficace)
Cu acțiune rapidă	≈ 15 minute	≈ 1 oră	≈ 2-4 ore
Cu acțiune scurtă	≈ 30 minute	≈ 2-3 ore	≈ 3-6 ore
Cu acțiune intermediară	≈ 2-4 ore	≈ 4-12 ore	≈ 12-18 ore
Cu acțiune lentă	Mai multe ore	Reduce glicemia relativ constant pe parcursul a 24 ore	

*Durata de timp după injecție

Viața cu diabet – Sfaturi practice

Alimentația adecvată

Mâncarea pe care o consumați are o influență importantă asupra valorilor glicemiei dumneavoastră. Este important să știți ce mâncați și să vă gestionați injecțiile cu insulină în consecință. Un nutriționist cu experiență în diabetul tip 1 vă poate ajuta să vă stabiliți un plan de regim echilibrat, dozele de insulină și gradul adecvat de activități fizice. Când obiceiurile dumneavoastră alimentare sau preferințele vi se schimbă, este momentul să vă actualizați planul alimentar!

Mișcarea

Când faceți mișcare, organismul dumneavoastră consumă mai multă energie și epuizează glucoza mai

repede decât atunci când sunteți în repaus. Este bine să fiți activ! Pe termen lung, mișcarea vă va ajuta să vă stabiliți valorile glicemiei.

Găsiți sprijin

Sprijinul social și emoțional vă poate spori semnificativ starea de bine. Poate fi foarte util să vă împărtășiți experiențele cu alți pacienți cu diabet. O bună rețea de sprijin, alcătuită din membri ai familiei, prieteni și organizații ale pacienților cu diabet chiar schimbă lucrurile!

Depozitarea insulinei

De exemplu, poate fi necesar să țineți insulina la frigider. Dacă este dureros să vă injectați insulină rece, recipientul cu insulină poate fi ținut la temperatura camerei (de obicei, în jur de 20°C în Europa Centrală) înainte de a vă injecta. Unele produse cu insulină pot fi depozitate astfel timp de aproximativ o lună. **Aveți grijă să verificați întotdeauna și să respectați instrucțiunile furnizorului.**

Pentru mai multe informații și sfaturi personalizate referitoare la diabetul tip 1, vă rugăm să contactați medicul sau asistentul.

Vreți să aflați mai multe despre diabet?

Vizitați-ne site-ul:

www.diabetes.ascensia.com

Atenție: Această broșură nu înlocuiește sfatul medicului sau asistentului.

Sursa: www.diabetes.org



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



DIRECT PHARMA LOGISTICS SRL
Pantelimon, Bd. Biruinței, Nr.162,
biroul nr. 2, 077145, județul Ilfov,
Tel: 004 031 101 9500
diabet@directpharma.ro
www.directpharma.ro

Ascensia, logoul Ascensia Diabetes Care este o marcă comercială și/sau marcă înregistrată a societății Ascensia Diabetes Care Holdings AG. ©2019 Ascensia Diabetes Care Holdings AG. Toate drepturile rezervate. Data elaborării: ianuarie 2019.



Diabetul tip 1

Informații de bază pentru pacienții cu diabet tip 1



Diabetul tip 1

Viața cu diabet (diabet zaharat)

Dacă aveți diabet, nu sunteți singur. La nivel mondial, milioane de persoane trăiesc cu diabet – circa 5% dintre acestea au diabet tip 1, iar 95% au diabet tip 2.

Diabetul tip 1 apare la orice vârstă. Reprezintă o afecțiune ce poate fi controlată și, beneficiind de tratament adecvat de la o vârstă fragedă, puteți avea o viață lungă și împlinită.

Alimentația corectă, mișcarea, sprijinul social, monitorizarea glicemiei și gestionarea insulinei și a altor medicamente orale sunt aspecte importante!

Diabetul – Ce trebuie să știți

Diabetul este o afecțiune în care cantitatea de zahăr (glucoză) din sânge este mai mare decât ar fi normal.

Diabetul tip 1 apare când organismul produce insulină în cantități mici sau deloc. Insulina este necesară pentru a ajuta glucoza să pătrundă în celulele corpului. Glucoza provine din alimentele pe care le consumați și este utilizată în toate celulele și organele pentru a genera energia care vă menține funcționarea organismului.

Insulina care vă lipsește din corp trebuie înlocuită. Insulina nu poate fi administrată pe cale orală, ci trebuie injectată.

Persoanele cu **diabet tip 2** pot produce insulină, însă celulele nu pot răspunde la insulină în mod adecvat. Majoritatea persoanelor cu diabet tip 2 au nevoie de pastile și/sau injecții cu insulină pentru a regla cantitatea de glucoză din sânge (denumită și valori ale glicemiei).

Intervalul sănătos al glicemiei

Aportul alimentar, transportul glucozei către celule și transformarea acesteia în energie reprezintă procese esențiale în organismul nostru. Valorile glucozei în sânge rezultă din aceste procese. Dacă aceste valori sunt prea ridicate sau prea scăzute, există riscul unor consecințe grave asupra organismului. Așadar, o glicemie normală este importantă pentru sănătatea dumneavoastră.

Este important să vă monitorizați glicemia!

Cum să vă monitorizați glicemia

Vă puteți măsura glicemia folosind un „glucometru” sau „monitor de glucoză din sânge”. Luați pur și simplu o picătură de sânge înțepându-vă în deget, iar glucometrul vă spune câtă glucoză aveți în sânge la momentul respectiv. Astfel, puteți verifica dacă aveți glicemia în limitele intervalului sănătos.

Monitorizarea glicemiei este cel mai important mod de verificare a eficienței gestionării diabetului!

Buna gestionare a diabetului

Pentru a gestiona diabetul cu succes, glicemia trebuie menținută în limitele normale cu ajutorul injecțiilor cu doza potrivită de insulină, administrate la timp. Cu toate acestea, dacă vă schimbați obiceiurile alimentare (de exemplu, țineți post), sau activitățile fizice, valorile glicemiei dumneavoastră pot scădea sau crește prea mult.

Hiperglicemie – valori ridicate ale glicemiei

Când valorile glucozei din sânge cresc peste limitele normale, deveniți hiperglicemic. Dacă glicemia dumneavoastră rămâne prea crescută o perioadă lungă de timp, există riscul de deteriorare a organelor și de dezvoltare a altor complicații.

Glicemia crescută apare când organismul dumneavoastră nu produce suficientă insulină sau nu răspunde adecvat la insulină. De asemenea, poate apărea când o persoană cu diabet uită să-și facă o injecție cu insulină sau dacă doza injectată de insulină a fost prea mică.

Hipoglicemie – valori scăzute ale glicemiei

Glicemia dumneavoastră poate scădea sub limitele normale, ducând la apariția hipoglicemiei. Hipoglicemia se mai numește „reacție la insulină”, deoarece poate apărea după ce ați administrat prea multă insulină. Valorile scăzute ale glicemiei sunt frecvente la pacienții cu diabet tip 1 – în medie, episoadele simptomatice apar de două ori pe săptămână. Numărul episoadelor de glicemie scăzută neobservate (asimptomatice, în timpul nopții) pot fi și mai multe.

Dacă glicemia scade prea mult, vă puteți pierde funcții importante, cum ar fi capacitatea de a gândi și de a vă purta normal. Valorile scăzute ale glicemiei necesită acțiune imediată!

Contactați medicul sau asistentul dumneavoastră pentru a discuta despre intervalul-țintă al glicemiei dumneavoastră.

Insulina – Ce trebuie să știți

Insulina este un hormon produs în mod natural de pancreas. În lipsa insulinei, glucoza nu poate pătrunde în celule și se adună în sânge. Insulina este medicația destinată persoanelor al căror pancreas nu produce suficientă insulină (diabet tip 1) sau ale căror celule nu răspund în mod adecvat la insulină (diabet tip 2).

Gestionarea insulinei – Este în mâinile dumneavoastră!

Când glicemia crește după o masă, pacienților cu diabet tip 1 le este necesară insulina pentru a readuce valorile glicemiei la normal. La persoanele sănătoase, pancreasul asigură cantitatea adecvată de insulină. Persoanele cu diabet tip 1 trebuie să-și injecteze insulină de mai multe ori pe zi, folosind stilouri pentru insulină, seringi sau pompe de insulină. Monitorizarea glicemiei vă ajută să stabiliți când și câtă insulină trebuie să vă injectați.

