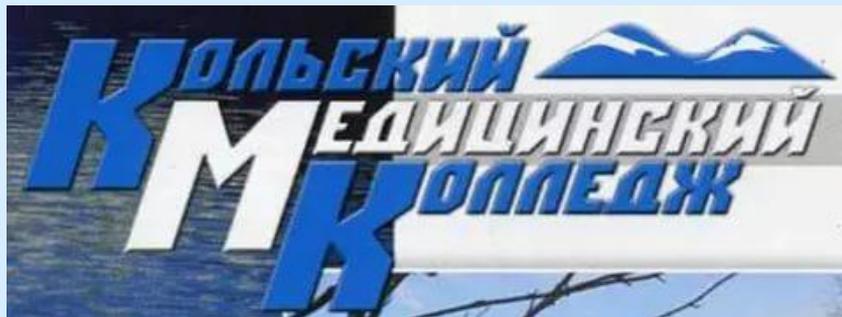


ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ «КОЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»



ТЕМА: « ШКОЛА ПАЦИЕНТА С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ В  
ГЕРИАТРИЧЕСКОМ ЦЕНТРЕ»

Выполнила студентка: 42 группы  
специальность сестринское дело

Кундозерова Анна

Преподаватель: Девяткина А.Н

Апатиты

2016

- Школа является современной формой организации работы с пожилым населением, направленной на профилактику преждевременного старения и обучение пожилых пациентов и их родственников методам реабилитации.
- В Школе проводится групповое обучение, количество учащихся 6–10 человек. Режим занятий каждой группы – 1 раз в неделю. Полный курс 4 занятия, с повторным курсом через 6 или 12 месяцев.

## Цель и задачи

- 1) Основной целью Школы является совершенствование формы организации обучения больных сахарным диабетом.
- 2) Основной задачей Школы является обучение больных сахарным диабетом методом самоконтроля, адаптации проводимого лечения к конкретным условиям жизни, профилактике острых и хронических осложнений заболевания.

- **Функции Школы**

- Организует обучение больных сахарным диабетом по разработанным структурированным программам.

- Проводит первичные и повторные циклы обучения по проведению самоконтроля и профилактике осложнений сахарного диабета.

- Контролирует уровень знаний больных сахарным диабетом.

- Анализирует эффективность работы Школы.

- Координируют свою деятельность с работой других подразделений и специалистами, участвующими в оказании специализированной помощи больным сахарным диабетом.

*Занятие 1: «Что такое сахарный диабет? Основные понятия и типы сахарного диабета».*

***Сахарный диабет*** - это состояние, характеризующееся повышением сахара крови.

***Нормальные значения сахара крови:***

- - Натощак от 3,3 до 5,5 ммоль/л
- - После еды до 7,8 ммоль/л



- Сахарный диабет 1 типа развивается в молодом возрасте, сопровождается выраженными симптомами высокого сахара.

- Проявления сахарного диабета 2 типа нарастают медленно и постепенно. Встречаются скрытые формы сахарного диабета 2 типа, которые на начальных этапах протекают бессимптомно - заболевание выявляется случайно.

■ ***Признаками повышенного сахара в крови являются:***

- жажда
- учащенное мочеиспускание
- слабость, утомляемость
- плохое заживление повреждений кожи
- снижение массы тела
- зуд кожи или слизистых оболочек

- По окончании занятия пациент должен знать:
  - общее представление об этиологии, патогенезе заболевания, физиологии действия инсулина в организме, ритме его секреции.
  - в какие часы нужно измерять содержание сахара, в крови
  - как часто нужно контролировать гликированный гемоглобин

По окончании занятия пациент должен уметь:

- распознавать симптомы повышенного сахара в крови.
  - самостоятельно определить с помощью глюкометра и визуальным методом содержания сахара в крови
  - самостоятельно определить с помощью тест-полосок содержание сахара в моче
  - вести «Дневник диабетика»
- оценивать полученные результаты анализов в течение дня

## Занятие 2

### Тема: «Осложнения сахарного диабета. Инсулинотерапия»

- **Острые осложнения**

Гипогликемическая кома

Когда уровень сахара снижается настолько, что клетки мозга начинают испытывать нехватку энергии, то возникают симптомы надвигающейся комы.

- **Острые осложнения**

- Гипергликемические комы

- Комы, обусловленные значительным повышением уровня глюкозы, делятся на кетоацидотическую (кетоацидоз), гиперосмолярную, лактацидотическую.

# Поздние осложнения

- Диабетическая нефропатия – это осложнение на почки, которое развивается при поражении почечной сосудистой сети.
- Диабетическая ретинопатия – результат влияния гипергликемии на сосуды глаза, при этом поражается сетчатка
- Диабетическая стопа

Ноги при сахарном диабете страдают от нейропатии и ангиопатии.



# Инсулинотерапия

- Сахарный диабет 2 типа принято называть инсулиннезависимым. Но на сегодняшний день установлено, что почти все пациенты, страдающие данным типом диабета, на определенной стадии заболевания нуждаются в применении инсулина. В терапии диабета 2 типа главное не упустить момент и своевременно назначить инсулин.



- По окончании занятия пациент должен знать:
  - причины возникновения осложнений при сахарном диабете
  - поддержание «хорошего» уровня содержания сахара в крови - самая эффективная мера по предупреждению диабетических осложнений.
- По окончании занятия пациент должен уметь:
  - «ухаживать» за ногами.

## Занятие 3

### Тема: «Профилактика. Планирование питания при сахарном диабете 2 типа»

- Во-первых, некоторые факторы риска сахарного диабета, такие как возраст, семейная история и этническая принадлежность, изменить нельзя.

Тем не менее, соблюдение здоровой диеты и повышение физической активности или потеря веса – могут предотвратить развитие сахарного диабета 2 типа.

Кроме того, если Вы страдаете повышенным артериальным давлением или избыточным весом, изменение вредных привычек может помочь предупредить сахарный диабет 2 типа.



# Планирование питания

- Питание должно быть достаточным по количеству энергии, поступающей с пищей, но не избыточным.
- Энергетическая ценность пищи должны соответствовать возрасту, полу и уровню физической активности, от 6720 кДж до 10920 кДж (1600 до 2600 ккал). Доля энергии, поступающей из жиров, не должна превышать 30% энергии всего суточного рациона, причем насыщенные жиры могут составлять не более 1/3 от их общего количества.



- По окончании занятия пациент должен знать
  - значение диеты в лечении сахарного диабета
  - как определить необходимое пациенту суточное количество калорий в зависимости от возраста, физического развития и физической нагрузки?
  - что такое сахарная ценность пищи, «хлебная единица», «углеводная единица»
  - какие продукты можно употреблять сверх рассчитанных калорий

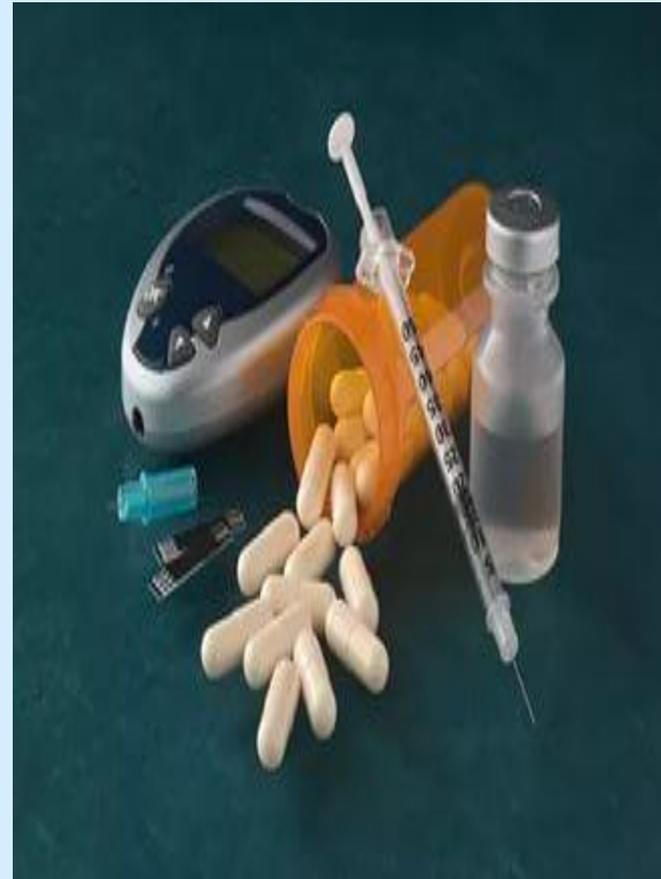
По окончании занятия пациент должен уметь:

- пользуясь специальными таблицами составлять план питания на сутки и на каждый прием пищи

## Занятие 4

### Тема: «Неотложные состояния при сахарном диабете»

- Основными состояниями, угрожающими здоровью и жизни больных сахарным диабетом, являются тяжелые гипер- и гипергликемии. Опасные для жизни гипергликемии могут проявляться в виде:
  - диабетического кетоацидоза;
  - гиперосмолярной некетозной гипергликемии;
  - лактат-ацидоза.



- По окончании занятия пациент должен знать:
  - основные симптомы гипогликемии и кетоацидоза
  - основные причины появления неотложных состояний
- По окончании занятия пациент должен уметь:
  - дифференцировать симптомы гипогликемии и кетоацидоза
  - самостоятельно проводить доврачебные мероприятия при появлении неотложных состояний

## Занятие 5

Тема: «Физические нагрузки при сахарном диабете»

- Кроме диетотерапии, необходимо повышение физической активности. В настоящее время определены биологические механизмы положительного влияния физической активности.
- Физическая тренировка даже в умеренном объеме повышает чувствительность к инсулину, причем, как доказано в ряде исследований, независимо от степени и тяжести инсулиновой резистентности.



- 
- По окончании занятия пациент должен знать:
    - положительное влияние регулярных занятий спортом на качество жизни и на состояние углеводного обмена диабетика
    - какие виды спорта не рекомендуются больному сахарным диабетом
    - что необходимо предпринять при появлении симптомов гипогликемии во время занятий спортом

По окончании занятий пациент должен уметь:

- правильно выбрать время для занятий спортом
  - самостоятельно проводить контроль углеводного обмена во время занятий спортом
  - правильно ориентироваться в мерах рекомендуемых для «выхода» из гипогликемических состояний
- 



Спасибо за внимание