

# Диабетический словарь

## Сахар крови (Гликемия)

Концентрация глюкозы (сахара) в кровотоке.

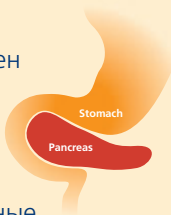


## Углеводы

Еда, которая обеспечивает организм энергией. Углеводы – это в основном сложные сахара и крахмал, которые трансформируются в глюкозу – простой сахар, использующийся клетками организма в качестве топлива и являющийся основным источником энергии.

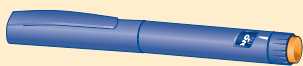
## Поджелудочная железа

Орган, который расположен позади желудка на задней брюшной стенке. Именно в поджелудочной железе производится инсулин, глюкагон и пищеварительные ферменты.



## Инсулин

Гормон, позволяющий клеткам получать глюкозу из крови и использовать ее в качестве источника энергии.



## Постприандиальная гликемия (ППГ)

Уровень глюкозы крови, измеренный через 2 часа после еды.

## Уровень глюкозы натощак или глюкоза плазмы натощак (ГПН)

Уровень глюкозы крови после того, как перерыв в еде составил минимум 8 часов. Данный тест часто делается для выявления и контроля компенсации сахарного диабета.

## HbA<sub>1c</sub> (Гликированный гемоглобин)

Показатель крови, отражающий среднее содержание глюкозы в крови за длительный период (до трех месяцев), он так же является маркером риска развития осложнений. HbA<sub>1c</sub> отражает процент гемоглобина крови, соединенного с молекулами глюкозы.

## Гипергликемия

Данный термин обозначает высокий уровень глюкозы в крови. При сахарном диабете гипергликемия обусловлена недостатком инсулина для проникновения глюкозы из крови в клетки.

## Гипогликемия

Данный термин означает низкий уровень глюкозы крови. Гипогликемия – уровень глюкозы плазмы меньше 2,8 ммоль/л, сопровождающийся клинической симптоматикой или меньше 2,2 ммоль/л, независимо от симптомов. Гипогликемия может быть спровоцирована приемом слишком большого количества инсулина, неадекватного количеству потребляемой пищи, непривычно интенсивной физической нагрузкой, приемом алкоголя.

## Кетоновые тела (или кетоны)

Химические соединения, которые образуются при переработке жиров в энергию.

## Инсулин ультракороткого действия

Данный тип инсулина действует быстро. Его вводят для переработки глюкозы, поступающей во время приема пищи.

## Инсулин длительного действия

Данный тип инсулина обычно назначается один или два раза в сутки и равномерно поступает в кровь в течение всей продолжительности своего действия.

## Смешанный инсулин

Смесь инсулина ультракороткого действия и инсулина длительного действия, вводится перед завтраком и ужином.



## Помпа

Устройство, которое позволяет вводить инсулин через специальный катетер, установленный подкожно на брюшной полости.



## Сахарный диабет 1 типа

Данный тип диабета возникает, когда организм производит мало инсулина или вообще не производит его. Это вызвано тем, что иммунная система повреждает бета-клетки поджелудочной железы, ответственные за выработку инсулина.

## Сахарный диабет 2 типа

Данный тип диабета возникает, когда бета-клетки поджелудочной железы производят недостаточное количество инсулина или организм не может использовать инсулин правильно (инсулинорезистентность).



# Пониженный уровень сахара в крови (гипогликемия)

## Причины

Понижение уровня сахара в крови (гипогликемия) может произойти, если вы:

- потребляете недостаточное количество углеводов, пропускаете или задерживаете прием пищи;
- принимаете слишком большое количество инсулина или других лекарств от диабета (узнайте у вашего врача, относится ли это к вам);
- менее активны, чем обычно.

## Признаки и симптомы



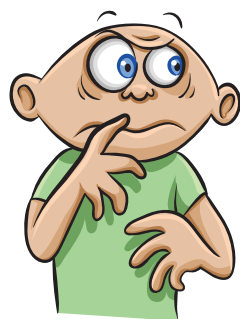
Дрожь



Потливость



Головокружение



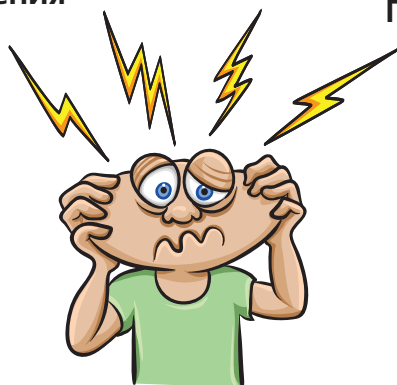
Внезапные изменения  
в поведении



Голод



Слабость или усталость



Головная боль



Нервозность  
или подавленность

Если своевременно не принять меры при пониженном уровне сахара в крови, это может вызвать серьезные осложнения и потерю сознания. Если у вас наблюдается пониженный уровень сахара в крови, поговорите со своим врачом.