



EDUKCIJA PACIJENATA O IZRAČUNU DOZE INZULINA KOD INTENZIVIRANE INZULINSKE TERAPIJE

KOLARIĆ V.¹, Kolarić R.²

¹ KB Merkur, Zagreb, Croatia
Sveučilišna klinika Vuk Vrhovac

² KB Merkur, Zagreb, Croatia
Klinika za unutarnje bolesti

Objective:

Pravilna prehrana osoba sa šećernom bolešću temelj je dobre regulacije bolesti i ubraja se u osnovne principe liječenja. Osobe oboljele od šećerne bolesti pridržavaju se pravilne prehrane tijekom cijelog života. Za osobe sa šećernom bolešću koje su na intenziviranoj inzulinskoj terapiji bilo da imaju tip 1 ili tip 2 šećerne bolesti poželjno da primjenjuju izračun inzulinske doze na temelju računanja ugljikohidrata u svakom pojedinom obroku. Danas je na raspolaganju model mediteranske prehrane, model prema ADA (American Dietetic Association) sustavu, model tanjura i slični modeli. Među njima je i „slobodni“ model prehrane i računanja ugljikohidrata u obroku. Na osnovu količine grama ugljikohidrata u obroku pacijent sam računa količinu prandijalnog inzulina. Računanje ugljikohidrata u obroku i samostalno titriranje doze inzulina prema veličini obroka zahtijeva posebnu edukaciju pacijenta. Takva edukacija zahtijeva od osobe sa šećernom bolešću dobro poznavanje skupina namirnica, dobro poznavanje namirnica koje sadržavaju ugljikohidrate, poznavanje koliko pojedina namirnica ima ugljikohidrata, dobro vizualno odmjeravanje količine namirnice (ugljikohidrata), poznavanja izračuna ugljikohidratnog omjera i na koncu poznavanje izračuna za eventualnu korekciju



glikemije prema osobnom korektivnom faktoru. Za ovakvu edukaciju, edukator se služi alatima poput, panoa sa skupinama namirnica i njihovim karakteristikama, modeli namirnica i modeli tanjura sa serviranim obrokom u prirodnoj veličini, te na koncu, matematičkim operacijama, izračuna vlastitog obroka i doze prandijalnog inzulina. Ovakav model prehrane pogodan je i za osobe koje su aktivne, s manjkom vremena, promjenljivog dnevnog ritma i s potrebom slobodnije prehrane.