

Гипергликемия: что делать?

Гипергликемия — это такое состояние больного диабетом, когда уровень глюкозы в крови слишком высок. Избыток глюкозы провоцирует усиленную работу почек, которые стремятся вывести лишнюю глюкозу с мочой, поэтому у человека наблюдаются частое мочеиспускание (через 1–2 ч). В результате этого организм теряет много воды, появляются сильная жажда и сухость во рту. Даже ночью человек может проснуться от этих симптомов. Все это сопровождается общей слабостью и похуданием. Чем быстрее человек теряет массу тела, тем серьезнее его состояние. Однако если уровень глюкозы в крови повышается медленно, человек может этого не замечать. Постепенное понижение уровня глюкозы вызывает опасные изменения в организме, а больной привыкает к ним и не считает себя больным. В этом заключается коварство гипергликемии. При ежедневном измерении уровня глюкозы у больного с помощью глюкометра можно ориентироваться на «рабочую» классификацию гипергликемии, при которой повышение уровня глюкозы в крови натощак до 8–10 ммоль/л (а после еды — не выше 13–14 ммоль/л) признают легким, а уровень гликемии с показателями глюкозы крови 13–15 ммоль/л — средней степени тяжести. В этих ситуациях необходимо проконтролировать точность выполнения рекомендаций лечащего врача и дополнительно проконсультироваться у него в ближайшее время. Если показатели глюкозы крови достигают 18–20 ммоль/л, это соответствует тяжелому состоянию гипергликемии. При этом крайне высока вероятность развития осложнений, в связи с чем необходимо срочно вызвать врача для осмотра больного и принятия решения об изменениях в лечении сахарного диабета. По результатам дополнительного обследования и консультации врач рекомендует целевые уровни гликемии натощак, которых следует придерживаться. Целевые показатели гликемии устанавливают индивидуально в зависимости от тяжести заболевания, наличия сопутствующих заболеваний и возраста больного. Снижение уровня глюкозы при сахарном диабете достигают приемом рекомендованных сахароснижающих препаратов или проведением инъекций инсулина, а также диетическими ограничениями и расширением физической нагрузки. Необходимо получить у врача четкие инструкции по каждой из этих рекомендаций. Желательно иметь памятку, составленную врачом, в которой указаны все препараты, дозы, кратность применения, примечания по особым условиям и ситуациям.