ШКОЛА
диабета

лекция №3

УГЛЕВОДЫ

1 ХЕ =10-12 г углеводов

Суточное потребность в ХЕ:
1-3 года 10-11 ХЕ
4-6 лет 12-13 ХЕ
7-10 лет 14-16 ХЕ
11-14 лет (м) 16-20ХЕ
11-14 лет (ж) 16-17ХЕ
15-18 лет (м) 18-21 ХЕ
15-18 лет (д) 16-18 ХЕ

Пример, 16ХЕ/ сут:
Первый завтрак: 5-4 ХЕ
Второй завтрак: 0-1 ХЕ
Обед: 6-5 ХЕ
Полдник: 0-1 ХЕ
Первый ужин: 5-4 ХЕ
Второй ужин: 0-1 ХЕ

УЛЬТРАКОРОТКИЙ АНАЛОГ ИНСУЛИНА

	Доза на еду	Доза на коррекцию
Гл норма	+	–
Гл ↑	+	+
Гл ↑, но не еда (2з – 1ХЕ , гл 15)		
Гл ↓	–	+
	+	+\–

КОЭФИЦИЕНТ НА ЕДУ

Ке (углеводный коэфициент) — сколько надо единиц инсулина на усвоение 1 ХЕ

Как пользоваться:
глюкоза норма перед едой,
ХЕ *Ке = доза инсулина на съеденную еду

Пример: гл 6 ммоль\л
Обед 3 ХЕ , Ко 2ед\1 Хе, 3*2 = 6 ед нужно поставить на обед

ОЦЕНКА КЕ

Гл N до еды – гл N через 2 часа после еды – КЕ N;

Гл N до еды – гл ↑ через 2 часа после еды – Ке ↑
(+0,1 малыши , + 0.2 дети , +0.2-0.5 подростки);

Гл N до еды – гл ↓ через 2 часа после еды – Ке ↓
(-0,1 малыши , -0.2дети , -0.2-0.5 подростки).

КОЭФИЦИЕНТ НА ПЕРЕКУС

Если съедает более 1 ХЕ, то ставим инсулин.

Коэфициент на перекус 50% от коэфициента на основную еду, ставим инсулин на более чем 1 ХЕ.

Пример: 2 завтрак – 2 ХЕ , ставим на 1 ХЕ (1\2 коэф. на 1 завтрак)