

A person is shown from the side, wearing a white tank top and a white cap. They are holding a small, rectangular insulin pump device in their hand. The background is a solid, light blue color. The person's face is partially visible, looking towards the right. The overall image is slightly blurred, giving it a soft, professional appearance.

**DIENYNAS
BESIGYDANTIEMSIS
INSULINO POMPA**



Lietuvos diabeto asociacija
Tarptautinės diabeto federacijos narė

DIENYNAS BESIGYDANTIEMS INSULINO POMPA

Vilnius, 2008 m.

Leidinį parengė Dr. Eglė Marija Jakimavičienė

Redaktorė Nijolė Voveraitienė

Pagrindinis rėmėjas

Neįgaliųjų reikalų departamentas
prie Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos

Spausdino UAB „Biznio mašinų kompanija“
J. Jasinskio g. 16A, Vilnius LT-01112
Tel. 8 5 254 69 61, faks. 8 5 254 69 62
www.bmk.lt

© Lietuvos diabeto asociacija

Geros glikemijos kontrolės rodikliai suaugusiems

(pagal IDF Global Guideline for Type 2 Diabetes):

Glikemija	Rodikliai
Nevalgius	4,4 - 6 mmol/l
2 val. po valgio	<7.5 mmol/l
Glikuotas hemoglobinas (HbA _{1c})	<6.5%

Geros glikemijos kontrolės rodikliai vaikams

(pagal ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2006-2007):

Glikemija	Rodikliai
Nevalgius	5-8 mmol/l
2 val. po valgio	5-10 mmol/l
Nakties metu	4,5 - 9 mmol/l
Dienos miego metu	6,7 - 10 mmol/l
Glikuotas hemoglobinas (HbA _{1c})	<7.5%

DIENYNAS BESIGYDANTIEMS INSULINO POMPA

Insulino pompa yra prietaisas, kuriuo į poodį nepertraukiamai lašinamas insulinas. Į pompos rezervuarą pritraukiamas vienos rūšies vaistas. Tokiam gydymui dažniausiai vartojami insulino greitieji analogai (NovoRapid, Humalog, Apidra). Prietaisą su mažyte adata, įleista į pilvo, sėdmenų ar šlaunies poodį, jungia plonas plastikinis vamzdelis (kateteris). Kateterį ir adatą, o kai kuriuose pompų modeliuose ir rezervuarą, reikia keisti kas 48-72 val. Laikant adatą toje pačioje vietoje ilgiau, prastėja insulino įsiurbimas, didėja infekcijos pavojus. Žmogus, naudojantis pompą, turi kruopščiai ją prižiūrėti.

Insulino pompos stūmoklį valdo mažytis kompiuteris, juo nustatomos bazinis insulino lašinimo greitis, kuris teoriškai atitinka vidutinio ar ilgo veikimo dozę gydantis injekcijomis. Reikiamą insulino kiekį valgant pompa sušvirkščia paspaudus keletą mygtukų, be papildomų dūrių. Žinoma, kaip ir besigydydamas injekcijomis, žmogus turi apskaičiuoti angliavandenių kiekį maiste ir numatyti atitinkamą insulino dozę (bolusą). Jis turi gerai išmanyti sveikos mitybos principus, fizinio aktyvumo reikšmę ligos eigai, insulino dozių keitimą pagal kraujo gliukozės rodiklius.

Gydymą insulino pompa būtina pradėti ligoninėje, prižiūrint patyrusiam gydytojui, kuris nustato insulino dozę ir parenka bazinį lašinimo greitį. Su insulino pompos techninėmis galimybėmis ir priežiūra pacientus supažindina ir konsultuoja pompa tiekiančios firmos darbuotojas.

Insulino boluso dozė priklauso nuo kraujo gliukozės ir suvalgomų angliavandenių kiekio. Jeigu kraujo gliukozė per gausi, leidžiama korekcinė insulino dozė.

Korekcinės insulino dozės apskaičiavimas

Jautrumo insulinui faktorius parodo, kiek 1 boluso insulino dozės vienetas sumažina kraujo gliukozės. Jis apskaičiuojamas 100 dalijant iš paros insulino dozės. Pvz., baziniu režimu yra sulašinama 25 vienetai insulino, o maistui sušvirkščijama – 25 vienetai. Paros dozė $25+25=50$; $100/50=2$. Vadinasi, suleistas 1 insulino vienetas sumažins kraujo gliukozę 2 mmol/l.

Jautrumo insulinui faktorius yra orientacinis dydis, jam patikslinti

būtina kruopšti savikontrolė ir savistaba. Per parą faktorius gali kisti. Apie jį būtina pasitarti su savo endokrinologu.

Insulino dozė angliavandeniams padengti

Paros angliavandenių kiekis turėtų sudaryti apie 50 procentų bendro kalorijų kiekio. 1g angliavandenių suteikia 4 kcal. Taigi, jeigu paros kaloražas yra 2000 kcal, reikia suvalgyti 250g angliavandenių. Kiek reikia insulino šiems angliavandeniams padengti? Galima sužinoti, paros angliavandenių poreikį gramais padalijus iš bolusų sumos: $250/25=10$ g. Vadinasi, šiuo atveju 1 vnt. insulino padengia 10 g angliavandenių.

Šis dydis taip pat orientacinis. Patikslinti jį galima tik atidžiai stebint maisto įtaką kraujo gliukozėi, todėl patariama pildyti mitybos dienyną.

Insulino savybės ir dozė lemia vaisto veikimo pradžią ir pabaigą, maksimalaus poveikio trukmę. Privaloma gerai išstudijuoti insulino, kuriuo gydymasi, savybes. Jos pateikiamos

instrukcijoje. Būtina tai aptarti su gydytoju ar diabeto mokytoju. Nuo vaisto dozės dydžio šiek tiek priklauso poveikio trukmė: kuo didesnė dozė, tuo ilgiau veikia. Insulino „uodegos“ (anksčiau suleistos dozės likutis) gali veikti tiek insulino jautrumo faktorių, tiek dozę angliavandeniams padengti.

Insulino bazinio greičio parinkimas ir keitimas

Leidžiant vidutinio ar ilgo veikimo insuliną švirkštu, negalima tiksliai numatyti, kokią įtaką įsiurbimo laikas darys insulinui, todėl pasitaiko gana didelių gliukozės kiekių kraujyje pokyčių. Pompa lašinamo insulino įsisavinimo svyravimai yra minimalūs. Nesusidaro insulino sankaupos po oda, mažėja staigios hipoglikemijos grėsmė.

Bazinis greitis apskaičiuojamas individualiai pagal ligonio svorį, vaisto poreikį įvairiu paros metu ir sudaro 30-70 procentų bendros paros insulino dozės. Kiekvieną valandą sulaša nustatytas insulino kiekis (valandinės dozės ribos labai plačios, 0,1-16 vienetų). Be to, galima užprogramuoti didesnę bazinio insulino kiekį tomis valandomis, kuomet individualus insulino poreikis yra didžiausias.

Reikia įsidėmėti, kad bazę koreguojama tik pagal gliukozės rodiklius, geriausiai nevalgant (praleidžiant valgymus). Bazinis greitis keičiamas 2 val. prieš norimo rezultato laiką. Pavyzdžiui, peržvelgdami dienyną, matysite, kad kasdien 24 val. kraujo gliukozė esti per didelė. Bazę turi būti keičiama 22 val., pridodant 10-20 procentų dozės. Keitimo poveikis stebimas keletą dienų.

Dauguma pompų modelių turi galimybę keisti insulino bazę procentiškai. Prirėikus, pvz., sportuojant, galima laikinai sumažinti patenkančio į organizmą insulino ir taip išvengti hipoglikemijos. Sergant gretutine liga, paprastai insulino poreikis didėja, tad bazę galima padidinti ir lengviau kontroliuoti kraujo gliukozę.

Bazinio insulino greičio keitimo principus reikėtų aptarti su gydytoju endokrinologu.

Savikontrolės dienyno naudojimas

- Įrašykite datą tam skirtame laukelyje puslapio viršuje.
- Suraskite valandą, kada atlikote kraujo gliukozės tyrimą ir įrašykite rezultatą.
- Jeigu valgote, atitinkamu laiku įrašykite maisto angliavandenių kiekį (gramais arba vienetais).
- Jeigu leidžiate insulino vienkartinę dozę (bolusą), įrašykite ją vienetais atitinkamu laiku.
- Netgi tuo atveju, jei atlikote vieną injekciją, insulino boluso dozę išskirkite į korekcinę ir skirtą maistui padengti.
- Užrašykite bazinį insulino greitį kas valandą.
- Žymėkite fizinio aktyvumo laiką ir trukmę.
- Naudingas detalus mitybos dienynas, kuriame įrašytumėte suvalgyto maisto produktus ir jų kiekį.
- Pasižymėkite adatos ir sistemos keitimo ar pildymo laiką, kad galėtumėte įvertinti su tuo susijusius gliukozės pokyčius.
- Į papildomas lentelės skiltis rašykite informaciją apie kitas ligas, kitų vaistų vartojimą, patirtus stresus ar pan.

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienynas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), keļionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis	Produktai, patiekalai																							
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienynas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienynas																									
Valgis	Produktai, patiekalai																								
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), keļionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Valanda																								
Kraujo gliukozė mmol/l																								
Bazinis insulino greitis																								
Angliavandeniai maiste																								
Insulino dozė maistui																								
Insulino dozė korekcijai																								
Fizinis aktyvumas																								
Ketonai																								
Mitybos dienyvas																								
Valgis																								
Pusryčiai																								
Užkandis																								
Pietūs																								
Užkandis																								
Vakarienė																								
Užkandis																								
Hipoglikemijos korekcija																								
Nekasdieniai įvykiai																								
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																								
Ligos atveju kūno temperatūra																								
Kiti vartojami vaistai																								

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), keļionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vį), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									

Data	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	
Valanda																									
Kraujo gliukozė mmol/l																									
Bazinis insulino greitis																									
Angliavandeniai maiste																									
Insulino dozė maistui																									
Insulino dozė korekcijai																									
Fizinis aktyvumas																									
Ketonai																									
Mitybos dienyvas																									
Valgis																									
Pusryčiai																									
Užkandis																									
Pietūs																									
Užkandis																									
Vakarienė																									
Užkandis																									
Hipoglikemijos korekcija																									
Nekasdieniai įvykiai																									
Pompos priedų keitimas (A), liga (L), stresas (S), kelionė (K), neįprastas maistas (M), vėmimas (Vė), viduriavimas (Vī), kita _____																									
Ligos atveju kūno temperatūra																									
Kiti vartojami vaistai																									



LIETUVOS DIABETO ASOCIACIJA (LDA)

Tarptautinės diabeto federacijos narė

Lietuvos diabeto asociacija rūpinasi, kad gerėtų cukriniu diabetu sergančių žmonių gyvenimas.

Lietuvos diabeto asociacija dirba visomis darbo dienomis 8 - 17 val.,
penktadieniais iki 16 val. Pietų pertrauka 12 - 13 val.

DIABETO MOKYKLA

Gydytoja endokrinologė nemokamai konsultuoja ir moko sergančiuosius cukriniu diabetu LDA buveinėje – Vilniuje, Gedimino pr. 28/2, 404 kabinete.

Visomis darbo dienomis informaciją mokymo klausimais nemokamai teikia kiti LDA darbuotojai.

**Jūs galite prisidėti prie LDA veiklos,
skirdami 2 proc. gyventojų pajamų mokesčio sumos.**

LIETUVOS DIABETO ASOCIACIJA
Gedimino pr. 28/2-404, LT - 01104 Vilnius
Tel. (8-5) 2620783, faksas (8-5) 2610639

El. paštas: info@dia.lt
Internetas: <http://www.dia.lt>

Įmonės kodas – 291737660

Atsiskaitomoji sąskaita Nr. LT 50 7044 0600 0103 0696
AB SEB banke