შეაფასოთ მისი ეფექტურობა. ასევე მნიშვნელოვანია რეგულარულად მიმართოთ ექიმს, თუ იგრძნობთ, რომ მონიტორინგის სისტემა სწორად არ მუშაობს ან გჭირდებათ დამატებითი ინსტრუქციები.

2.შედეგების შეფასება

•როდის მივმართოთ ექიმს?- თუ თქვენ აღმოაჩენთ, რომ თქვენი გლუკოზის დონე ხშირად გადის რეკომენდებულ დიაპაზონებს, მიმართეთ ექიმს. შეიძლება საჭირო იყოს თქვენი მკურნალობის გეგმის კორექტირება, რომ უკეთ გააკონტროლოთ შაქრის დონე.

დასკვნა

CGM სისტემა არის ინოვაციური ინსტრუმენტი, რომელიც ეხმარება შაქრიანი დიაბეტის მქონე ადამიანებს სისხლში შაქრის დონის მუდმივ მონიტორინგში და კონტროლში. სენსორების გამოყენება და მონაცემების ინტერპრეტაცია საშუალებას გაძლევთ, უკეთესი გადაწყვეტილებების მიღებისა თქვენი ჯანმრთელობის მართვაში. თუ გაქვთ რაიმე შეკითხვა CGM-ის შესახებ, მიმართეთ თქვენს ექიმს, რათა მიიღოთ უფრო მეტი ინფორმაცია და საჭირო ინსტრუქციები.

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

აკრედიტაცია კანადა. საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა (PHIG/ASF პროექტი), თბილისი; 2024. 4 p. (PHIG/ASF-056)

+995 598 43 50 34 info@accreditation.ge www.sheniekimi.ge

შენ ექიმი პაციენტი

ACCREDITATION CANADA

გლუკოზის სისტემატური მონიტორინგი (CGM): ახალი გზა სისხლში შაქრის კონტროლისთვის (დიაბეტის მართვა)

საინფორმაციო ბუკლეტები

გლუკოზის სისტემატური მონიტორინგი (CGM): ახალი გზა სისხლში შაქრის კონტროლისთვის- საინფორმაციო ბუკლეტი (დიაბეტის მართვა)

გლუკოზის სისტემატური მონიტორინგის (CGM) მოწყობილობები მუდმივად თვალყურს ადევნებს სისხლში შაქრის დონეს, რაც ეხმარება შაქრიანი დიაბეტის მქონე პაციენტებს, უკეთ მართონ თავიანთი მდგომარეობა. CGM-ის სისტემა უზრუნველყოფს რეალურ დროში მონაცემების მიღებას, რაც საშუალებას აძლევს პაციენტებს, მიიღონ უფრო ზუსტი გადაწყვეტილებები სისხლში შაქრის დონის მართვაზე, რაც ამცირებს ჰიპოგლიკემიის და ჰიპერგლიკემიის რისკს.

რა არის CGM და როგორ მუშაობს?

1.როგორ მოქმედებს CGM?

•მონაცემთა მუდმივი დაკვირვება: CGM სისტემა იყენებს პატარა სენსორს, რომელიც მოთავსებულია კანქვეშ და მუდმივად ზომავს სისხლში გლუკოზის დონეს. მონაცემები იგზავნება თქვენი მობილური მოწყობილობის ან მონიტორის ეკრანზე, რაც უზრუნველყოფს რეალურ დროში თვალყურის დევნებას და საშუალებას გაძლევთ, დროულად შეასრულოთ შესაბამისი ზომები.

2.სარგებელი

• CGM მოწყობილობა აუმჯობესებს სისხლში შაქრის დონის მუდმივ კონტროლს, ამცირებს ჰიპოგლიკემიის და ჰიპერგლიკემიის რისკს და ხელს უწყობს შაქრიანი დიაბეტის მართვას ხანგრძლივ პერსპექტივაში. ის განსაკუთრებით სასარგებლოა მათთვის, ვინც იღებს ინსულინს ან სხვა მედიკამენტებს შაქრის დონის გასაკონტროლებლად.

როგორ უნდა გამოიყენოთ CGM?

1.სენსორის ჩადგმა

•როგორ ხდება სენსორის ჩადგმა?- CGM მოწყობილობის სენსორი თავსდება კანქვეშ მცირე ნემსის მეშვეობით. ის რჩება ადგილზე რამდენიმე დღის ან კვირის განმავლობაში, რაც დამოკიდებულია კონკრეტულ მოწყობილობაზე. ინსტრუქციები ჩვეულებრივ მოიცავს სენსორის ჩადგმისა და მოხსნის მარტივ პროცესს, რომელიც შეგიძლიათ თავად ან ექიმთან ერთად გააკეთოთ.

2.მონაცემების ინტერპრეტაცია

•როგორ უნდა წაიკითხოთ მონაცემები?- CGM მოწყობილობა გაწვდით ინფორმაციას გლუკოზის დონის ცვლილებების შესახებ დღის და ღამის განმავლობაში. ეს მონაცემები საშუალებას გაძლევთ, დააკვირდეთ, როგორ რეაგირებს თქვენი ორგანიზმი საკვებზე, ფიზიკურ აქტივობაზე და მედიკამენტებზე. შეგიძლიათ, შექმნათ გრაფიკები და მიიღოთ სიგნალები, როდესაც სისხლში შაქრის დონე მაღალ ან დაბალ დიაპაზონშია.

როგორ უწყობს CGM ხელს სისხლში შაქრის უკეთეს კონტროლს?

1.ჰიპოგლიკემიის პრევენცია

• Rapid სიგნალები და რეაგირება: CGM მოწყობილობა სიგნალებით

შეგატყობინებთ, როდესაც თქვენი გლუკოზის დონე დაცემულია, რაც საშუალებას გაწვდოთ დროულად მიიღოთ ზომები ჰიპოგლიკემიის პრევენციისთვის. ეს განსაკუთრებით სასარგებლოა ღამის მონიტორინგის დროს, როდესაც პაციენტებმა შეიძლება ვერ შეამჩნიონ შაქრის მკვეთრი კლება.

2.დოზირების განსაზღვრა

•დოზირების კორექტირება: CGM-ის მუდმივი მონიტორინგი ეხმარება ექიმებს და პაციენტებს განსაზღვრონ ინსულინის სწორი დოზები ან დიაბეტის სხვა მართვის გეგმა, რათა შაქრის დონე ნორმალურ დიაპაზონში დარჩეს.

3.მეტი მოქნილობა დიეტის და აქტივობის მიმართ

•ცვლილებების სწრაფი გაანალიზება: CGM მოწყობილობა უზრუნველყოფს მუდმივ ინფორმაციას, თუ როგორ მოქმედებს საკვები და ფიზიკური აქტივობა თქვენს შაქრის დონეზე, რაც საშუალებას გაწვდოთ მეტი მოქნილობა ყოველდღიურ ცხოვრებაში.

როდის უნდა მიმართოთ ექიმს?

1.CGM სისტემის რეგულირება

•ექიმის დახმარება: თუ თქვენ პირველად იყენებთ CGM სისტემას, თქვენი ექიმი დაგეხმარებათ სწორად დააყენოთ მოწყობილობა და