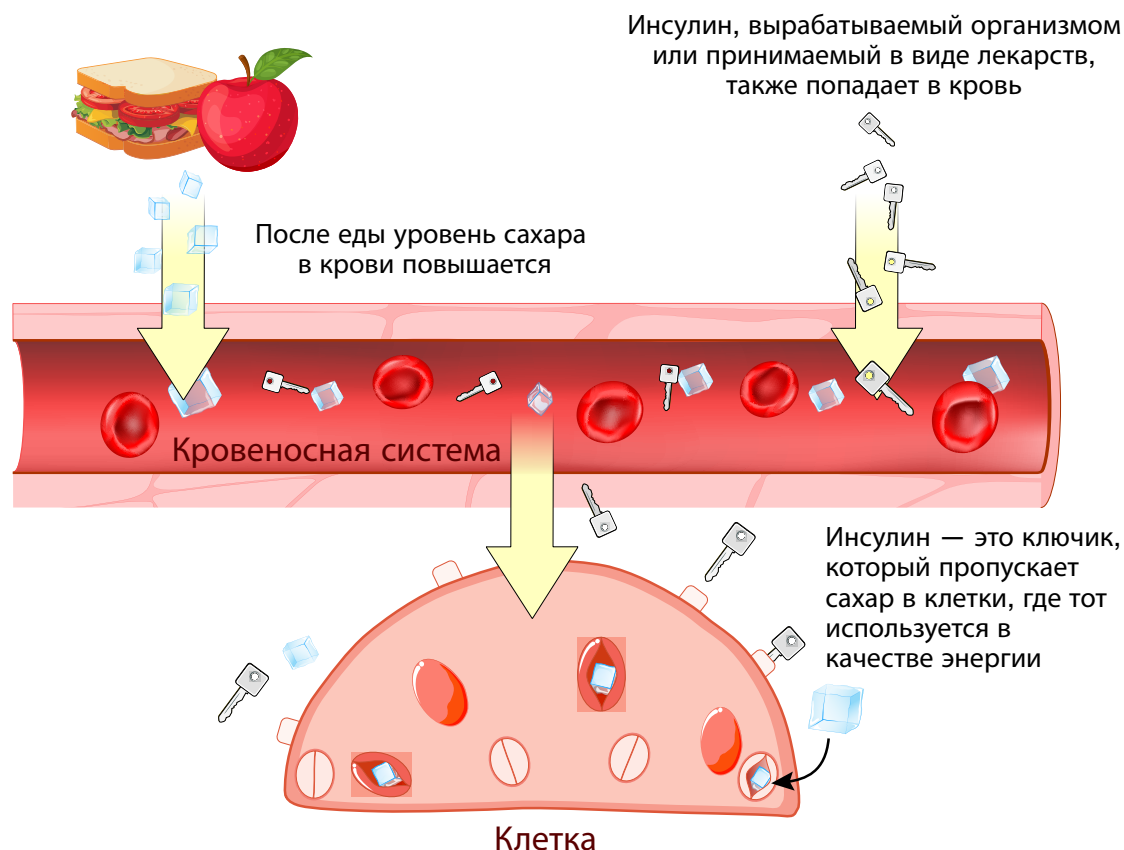


Инсулин и диабет

Инсулин — это гормон, который вырабатывается в организме естественным образом. Он помогает организму использовать глюкозу, разновидность сахара, для получения энергии. Когда вы едите, ваш организм расщепляет пищу на составляющие сахара и выбрасывает их в кровь. Затем инсулин помогает перенести сахар из крови в клетки, где он используется для подпитки организма и поддержания хорошего самочувствия.



Зачем мне нужен инсулин?

Прием инсулина или других лекарств для диабетиков часто является частью лечения диабета. Когда у вас диабет, ваш организм не вырабатывает инсулин или испытывает трудности с использованием того инсулина, который он все-таки производит. Инсулин нельзя принимать в виде таблеток, поэтому большинство людей, которым он назначен, получают необходимую им дозу путем инъекций с помощью инсулиновой ручки или шприца, или с помощью инсулиновой помпы. Существуют различные типы инсулина. Некоторые действуют очень быстро и принимаются во время еды. Другие действуют медленнее и применяются всего один или два раза в день. Прием инсулина позволяет контролировать уровень сахара в крови и поддерживать его на должном уровне. Таким образом, инсулин способствует повышению бодрости и помогает сохранить ваше здоровье. Самое главное, инсулин поможет предотвратить осложнения диабета.

Продолжение на следующей странице

Что мне следует знать об инсулине?

- Из-за различий в назначении многие люди принимают более одного вида инсулина для поддержания надлежащего уровня сахара в крови.

Попросите своего врача объяснить, какие виды инсулина вам назначены и как их нужно принимать. На следующем приеме вы можете попросить потренироваться правильно делать инъекции.

- Как и когда вы принимаете инсулин, индивидуально ваша прерогатива, и график приема может меняться со временем.

Попросите своего врача обсудить тип, количество и частоту инъекций инсулина, которые вам необходимы, исходя из вашего текущего образа жизни и недавних показателей сахара в крови.

- Инсулин снижает уровень сахара в крови независимо от того, ели вы или нет, и может спровоцировать гипогликемию. Регулярный прием пищи очень важен при приеме инсулина.

Спросите своего врача о том, как лучше всего предотвратить падение уровня сахара в крови и что делать, если у вас снизился уровень сахара.

Распространенные мифы

Миф Инсулин вызывает осложнения диабета или смерть.

Правда Инсулин помогает отсрочить или предотвратить осложнения диабета. Иногда люди слишком долго ждут, прежде чем начать прием инсулина, из-за чего предотвратить осложнения уже не удастся.

Миф Если мне приходится принимать инсулин, это значит, что мой диабет прогрессирует.

Правда Прием инсулина не означает, что вы не в состоянии справиться с диабетом. Поскольку диабет — прогрессирующее заболевание, рано или поздно поджелудочная железа просто перестанет справляться с потребностью организма в инсулине. Принимая инсулин тогда, когда это необходимо, вам будет легче поддерживать надлежащий уровень сахара в крови и оставаться здоровым.

Миф Чем больше времени пройдет, прежде чем я начну использовать инсулин, тем лучше.

Правда Лучшее время для приема инсулина — это время, когда он поможет вам решить ваши проблемы. Вместе с врачом определите задачи лечения и решите, поможет ли вам инсулин.

Для получения дополнительной информации о диабете позвоните по номеру **311** или посетите веб-страницу nyc.gov/health/diabetes. Чтобы получить помощь в поиске врача либо бесплатной или недорогой медицинской страховки, позвоните по номеру **311**.