

Сахар под контролем

Более 16,5 тысяч красноярцев с сахарным диабетом могут пройти обучение навыкам самостоятельного управления заболеванием

Сахарный диабет – глобальная медицинская проблема и самая распространенная эндокринная патология. Она занимает до 70% в структуре эндокринных заболеваний. На сегодняшний день сахарный диабет диагностирован более чем у 120 тысяч красноярцев.

Специалисты отмечают, что сахарный диабет – это не болезнь, а скорее, образ жизни и лечение заболевания на 70-80 процентов зависит от самого пациента. Чтобы жить полноценной жизнью и избежать серьезных осложнений, диабетики должны не только тщательно соблюдать рекомендации врача, но и научиться навыкам самоконтроля. Например, правильно считать количество углеводов в продуктах, корректировать дозу лекарств.



С целью повышения качества жизни людей, имеющих данную патологию, в 2023 году на территории региона стартовал образовательный проект «Школа сахарного диабета», направленный на повышение эффективности лечебно-профилактической помощи при сахарном диабете в амбулаторных условиях.

Сахарный диабет опасен именно своими осложнениями. И нередко человек не догадывается о патологии, пока они не начинают проявляться.

Зачем посещать школу диабета?

- Рассказывать о заболевании будет человек с медицинским образованием, который занимается лечением сахарного диабета.
- На школе разбираются самые важные вопросы, например, о гипогликемии и ее правильном лечении, о выборе подходящей обуви и правильном уходе за ногами, об особенностях управления заболеванием на основе оценки данных самоконтроля, о допустимых физических нагрузках и так далее.
- Есть возможность напрямую задать вопросы. Они могут быть у вас уже прямо сейчас, могут возникнуть во время занятия, а может и после. Но самое главное, вы можете их обсудить вживую.

- На школе можно пообщаться с людьми, которые разделяют ваши проблемы, а это всегда полезно. Можно спросить, что помогает другим пациентам, какие у них были трудности.

- В рамках обучения пациенты не только знакомятся с лекционными материалами, но и отрабатывают полученные навыки на практике, для самостоятельного управления заболеванием. Таким образом, на эффективность терапии влияет не только грамотное лечение, но и сам пациент.

Обучение в школе сахарного диабета организовано в групповом формате и индивидуально. Занятия проводят врач-эндокринолог и медицинская сестра.

Как записаться в школу диабета?

Обучение доступно любому пациенту с сахарным диабетом, имеющему прикрепление к поликлинике, совершенно бесплатно (за счет средств ОМС).

В настоящее время на территории Красноярского края действует более 40 школ диабета. Уточнить подробности и записаться на школу можно на приеме врача – эндокринолога или вашего участкового врача – терапевта.

Пройти обучение в школе для успешного управления заболеванием можно также в онлайн формате. Интересные видео, статьи и вся самая актуальная информация о диабете представлена на сайте [Диабетовед](#).

По вопросам прохождения диспансеризации, диспансерного наблюдения, записи к врачу всегда можно обратиться в страховую медицинскую организацию, выдавшую полис ОМС, или позвонить на телефон доверия «Право на здоровье» 8-800-700-00-03 (круглосуточно, бесплатно).

Будьте здоровы, берегите себя!