

Spokojný
a bezpečný
život s diabetom
aj vďaka
inzulínovej
pumpe

ACCU-CHEK

Spokojný a bezpečný život s inzulínovou pumpou.

Inzulínové pumpy pomáhajú pri zjednodušovaní každodennej liečby diabetu, ale je možné, že pri rozhodovaní o prechode na **inzulínovú pumpu mnohých z Vás trápia obavy z manipulácie alebo nedostatočnej technickej zručnosti ovládania inzulínovej pumpy.**

Prinášame krátky prehľad dôležitých funkcií, ktoré Vám môžu život s inzulínovou pumpou uľahčiť a prispôsobiť Vaším individuálnym potrebám. Nie všetky funkcie inzulínovej pumpy sú však využívané, alebo rovnako dôležité pre každého.

Ktoré faktory sú najdôležitejšie pri rozhodovaní o inzulínovej pumpke?

Pri rozhodovaní o inzulínovej pumpke zohráva úlohu niekoľko dôležitých faktorov okrem medicínskeho pohľadu na vhodnosť takejto terapie. Úroveň a prístup odbornotechnického zaškolenia z firmy, ktorá vyrába inzulínovú pumpu, zákaznícky servis, možnosť kontaktovať 24-hod. zákaznícku linku v prípade potreby, alebo následná edukácia po nastavení na inzulínovú pumpu na ambulancii alebo v centre.



Dôležité funkcie inzulínovej pumpy

1. Bazálne profily

Bazálne profily ponúkajú v pumpke možnosť nastaviť bazálne dávky (Vaša potreba inzulínu) podľa Vašich individuálnych potrieb a reakcií tela na účinok inzulínu pre špecifické situácie, ktoré sa u Vás opakujú. Napríklad ak potrebujete rozlíšiť pracovný týždeň od víkendu alebo pracujete na zmeny. Maximálny počet bazálnych profilov, ktoré je možné v pumpke využiť, sa líši od pumpy k pumpke. Bazálny profil si nastavujete po dohode s Vaším lekárom a môžete ho znova použiť pre rovnaké časové obdobie bez nutnosti opätovného nastavenia.

2. Dočasná bazálna dávka (DBD)

Často je užitočné zvýšiť alebo znížiť bežnú bazálnu dávku o x % na určité časové obdobie. Napríklad pred cvičením môžete použiť túto funkciu na zníženie príjmu inzulínu, ak radšej začínate cvičiť s vyššou hladinou cukru v krvi. Podobne pri náhlom ochorení je vhodné dočasne zvýšiť bazálnu dávku.

Po uplynutí naprogramovaného času pre dočasnú bazálnu dávku sa pumpa vráti k štandardne naprogramovanému podávaniu inzulínu. Je potrebné poznamenať, že toto je obrovská výhoda oproti konvenčnému inzulínovému režimu, kedy by ste museli pri dávkovaní bazálneho inzulínu vziať do úvahy cvičenie už noc predtým.

3. Rôzne možnosti bolusu

Funkcia voľby iného typu bolusu okrem štandardného má význam, ak je potrebné dávku inzulínu prispôsobiť glykemickému indexu jedla, dĺžke konzumácie pokrmu a individuálnemu vstrebávaniu inzulínu. Napríklad v situáciách, ak konzumujete jedlo s veľmi rýchlo pôsobiacimi sacharidmi alebo niečo, z čoho sa sacharidy vstrebávajú pomaly. V takom prípade si bolus k jedlu (inzulín, ktorý potrebujete na pokrytie uhľohydrátov) viete rozložiť do viacerých dávok alebo ho podať s oneskorením.

Pumpy ponúkajú rôzne spôsoby podávania bolusu, ale nasledovné možnosti sú najbežnejšie: rozložený bolus, kombinovaný bolus, oneskorený bolus, a štyri rýchlosti podania bolusu.

Ak používate aplikáciu mySugr s glukomerom Accu-Chek® Instant, viete si aj priamo vo Vašom telefóne označiť alebo zaznamenať špecifické informácie k bolusom, aby ste vedeli, ktoré jedlo ako vplýva na Vašu glykémiu.

4. Bolusová kalkulačka / Bolusový poradca

Ďalšou užitočnou funkciou inzulínovej pumpy je bolusová kalkulačka alebo Bolusový poradca. Pomáha vypočítať vhodnú dávku inzulínu za Vás berúc do úvahy prijaté uhľohydráty, aktívny inzulín a trvanie účinku inzulínu. **Pre správne používanie Bolusového poradcu je stále veľmi dôležitá Vaša znalosť sacharidových jednotiek**, pretože rôzne pumpy používajú rôzne výpočtové modely. Preto prenechajte nastavenie Bolusového poradcu Vášmu zdravotníckemu personálu. Bolusová kalkulačka sa nachádza aj v aplikácii mySugr.

5. Aktívny inzulín (insulin on board)

Prehľad o množstve aktívneho inzulínu (t.j. koľko inzulínu ešte stále účinkuje z predchádzajúcej bolusovej dávky) v krvi je dôležitou informáciou pre ďalšie terapeutické rozhodnutia.

Napovie, či by ste mali skorigovať vysokú hladinu cukru v krvi po jedle (postprandiálna glykémia) alebo počkať trochu dlhšie, kým sa vyššia glykémia sama upraví, pretože vo Vašom krvnom obehú ešte stále účinkuje dostatok predošlého inzulínu.

Táto nadštandardná funkcia v Bolusovom poradcovi je opäť zaujímavým faktorom pri vašom rozhodovaní. V závislosti od časového trvania pôsobenia aktívneho inzulínu Vás ochráni od prekryvania bolusov (ukladanie inzulínu) a v najhoršom prípade od vážneho stavu hypoglykémie pri nadmernej korekcii.



6. Hypoglykémia

Predstavte si, že ste na ceste k hypoglykémii (nízka hladina cukru v krvi) a Vaša pumpa to zaregistruje a vypne podávanie inzulínu. Takto pumpa preruší podávanie inzulínu skôr, ako hladina glykémie bude veľmi nízka, nie až keď už hypoglykémia nastane.

Toto samozrejme funguje iba v rámci určitých limitov. Napríklad, **ak pôsobí príliš veľa aktívneho inzulínu kvôli príliš vysokému bolusu, ani najlepšia funkcia vypnutia nemôže zabrániť následnej hypoglykémii.** Je to logické, pretože inzulínová pumpa môže pumpovať inzulín iba do tela, ale nie z tela.

Táto funkcia vypnutia podávania inzulínu vyžaduje, aby inzulínová pumpa ponúkala integráciu so CGM (Continuous Glucose Monitoring – nepretržité monitorovanie glykémie).

7. Infúzne sety a inzulínový zásobník

Infúzne sety a inzulínový zásobník patria skôr do kategórie príslušenstva ako ku funkciám, ale radi by sme Vám ich tu bližšie predstavili. Všetky inzulínové pumpy majú jednu spoločnú vec. Používajú infúznú súpravu pozostávajúcu z kanyly a hadičky na dodávanie inzulínu do podkožného tkaniva.

Pri výbere infúzneho setu máte viacero možností na zváženie.

Aká dlhá alebo krátka by mala byť hadička, aby som sa necítil obmedzený? Aká je optimálna dĺžka ihly kanyly? Aký preferujem spôsob a uhol zavedenia ihly pod kožu? Znášam dobre priľnavosť, ktorou sú kanyly prichytené k pokožke, alebo sa u mňa vyskytuje alergia na určité adhezíva? Robia sa v hadičke bubliny pri naplňovaní inzulínom?

To všetko sú otázky, ktoré by ste mali zvážiť a vybrať si optimálne riešenie práve pre Vás. Zložitie plnenie zásobníkov je jednou z najviac obmedzujúcich činností pri používaní inzulínovej pumpy. **Predplnený zásobník** ponúka pohodlné riešenie: odpadá nutnosť mechanického plnenia a navyše eliminuje výskyt vzduchových bublín, ktoré môžu byť pre pacienta nebezpečné.

Zhrnutie

Rôzne možnosti infúzneho setu a rôzne typy bolusov, pohodlné naplnenie pumpy inzulínom v jednom kroku s predplneným inzulínovým zásobníkom a Bolusový poradca Vám zjednodušia život s diabetom a pomôžu Vám minimalizovať neúmyselne vysoké alebo nízke hladiny cukru v krvi.

Využívate všetky funkcie, ktoré Vám ponúka Vaša inzulínová pumpa? Ak áno, super. Ak si však myslíte, že existuje priestor na zlepšenie, je skvelé osvojiť si nové zručnosti pre svoju liečbu diabetu. Obráťte sa na Vášho lekára alebo odborného zástupcu našej spoločnosti cez zákaznícku linku.

Skúsenosti používateľov inzulínových púmp

Pani Mária, 60 rokov, DM T1 vyše 30 rokov, Bratislava.

Používateľka inzulínovej pumpy Accu-Chek® Insight

Ako ste sa dostali k liečbe inzulínovou pumpou?

Predtým, než som prešla na terapiu inz. pumpou, som prekonala ťažké ochorenie (podstúpila som chemoterapiu) a mala som veľké výkyvy glykémie, časté hypo- a hyperglykémie. Moja diabetologička mi navrhla terapiu inz. pumpou, keďže môj organizmus reaguje veľmi citlivo aj na malé dávky inzulínu, a pri MDI terapii inzulínovými perami sa jednotlivé dávky inzulínu nedali upraviť ani nastaviť na viaceré časové obdobia počas dňa, ako je to možné na inzulínovej pumpe. Moja lekárka ma teraz stále chváli pre moje výborné výsledky, ale určite je to aj o mojom zodpovednom prístupe, nenechávam nič na náhodu.

Aké benefity vidíte v terapii inz. pumpou pre Váš život a Vás osobne?

Nemusím sa pichať perom niekoľkokrát denne. Jednoznačne sa mi skvalitnil život a zlepšila sa kompenzácia diabetu. Naučila som sa základné princípy fungovania na inzulínovej pumpe, ktoré v kombinácii s dobrou edukáciou o sacharidových jednotkách mi pomáhajú v manažmente môjho diabetu. Ďalej zníženie glykovaného hemoglobínu, nemávam už ťažké hypo/hyperglykemické stavy, nemám strach z ketoacidózy, zatiaľ nemám žiadne komplikácie diabetu.

Čo okrem medicínskeho hľadiska prispelo k Vášmu rozhodnutiu pre inzulínovú pumpu?

Určite prezentácia a vysvetlenie fungovania inzulínovej pumpy obchodnou zástupkyňou z Roche. Osobná edukácia školiaceho pracovníka z firmy s mimoriadne ľudským, no zároveň profesionálnym prístupom, možnosť obrátiť sa na 24-hodinovú zákaznícku linku, super servis a bezproblémová komunikácia s pracovníkmi firmy (kedykoľvek potrebujem poradiť, pomôžu, hoci aj opakovane nastaviť funkcie pri probléme alebo v strese, keď zabudnem aj základné parametre).

Prečo ste si vybrali pumpu Accu-Chek Insight?

Po dobrých skúsenostiach s pumpou Accu-Chek Spirit Combo som chcela vyskúšať novší model. Som veľmi spokojná s predplneným zásobníkom, že nemusím zakaždým natahovať inzulín, nebojím sa tak vzniku bublínok v infúznom sete. Ako žene sa mi páči, že je menšia, ľahšia, má farebný displej. Som ďalekozraká a tak možnosť zväčšiť si písmená na displeji je veľkou výhodou. Z funkcií pumpy určite možnosť nastaviť rôzne pripomienky (napr. čas na odmeranie si glykémie, výmena kanyly, kontrola u lekárky) a upozornenia bolusov. Mám rada aj funkciu „rýchle poznámky“, kde si zapisujem, ak sa necítim dobre, alebo čo som zjedla, príp. robila. Následne to preberiem na kontrole u lekárky, aby sme spoločne upravili liečbu. Podľa toho viem do budúcnosti, aké jedlá mi nerobia dobre alebo akým situáciám sa vyhýbať, aby som nemala príliš vysoké alebo nízke glykémie. Využívam aj Bolusového poradcu v tejto pumpe, ale poctivo si vždy odmeriam glykémiu pred každým jedlom, aby vypočítané dávky korekčného bolusu naozaj zodpovedali realite.

Pani Janka, 35 rokov, DM T1 od 6 rokov, Bratislava.

Používateľka inzulínovej pumpy Accu-Chek® Spirit Combo

Aké benefity vidíte v terapii inzulínovou pumpou pre a Váš život a Vás osobne?

Samozrejme lepšia kompenzácia a jednoduchší manažment diabetu. Nemám žiadne komplikácie diabetu ani po 30 rokoch s DM. Po prechode na terapiu inz. pumpou som už nebola obmedzovaná - nemusela som stále myslieť na to, aby som nezabudla mať pri sebe náhradné perá, denný a nočný inzulín a nosiť si to všade, kam som šla (do školy, na tréningy, zápasy aj mimo mesta, sústredenia). Organizmus každého diabetika reaguje ináč, má inú citlivosť na inzulín, ale pre mňa osobne terapia inzulínovou pumpou je najľahšia a najjednoduchšia forma aj kvôli flexibilitě dávkovania inzulínu a možnosti skĺbiť šport s diabetom. Zabehla som už niekoľko polmaratónov, pravidelne sa venujem triatlonu, obľubujem skialpinizmus, lyžovanie, plávanie, bicyklovanie.

Čo prispelo k Vášmu rozhodnutiu pre inzulínovú pumpu?

Sme veľmi športovo aktívna rodina, a tak je to s pumpou oveľa jednoduchšie po logistickej stránke, ale aj čo sa týka mojich výsledkov. Pumpa mi umožňuje neskutočnú flexibilitu: viem si všetko náležite regulovať a korigovať dávky inzulínu podľa potreby a aktuálnych hodnôt glykémie. Keďže športová aktivita mne osobne výrazne znižuje glykémiu, v takých situáciách úplne vypínam bazál, čo nie je tak ľahké dosiahnuť pri terapii inz. perami. Naviac, ako matka dvoch malých detí, a aj pracovne vyťažená, každý deň sa cítim ináč, a tomuto adekvátne prispôbiť aj dávky inzulínu mi umožňujú rôzne možnosti nastavenia na inz. pumpe. Keďže mnohé faktory hrajú rolu v tom, ako môj organizmus reaguje v každodennom živote (kvalita spánku, pracovný stres, druh a množstvo jedla, typ a dĺžka športovej aktivity), vďaka pumpe si môžem bolusy zadať aj v minimálnych dávkach (napr. 0,5 U). Výborná kompenzácia aj počas tehotenstva. Dobrá spolupráca s lekárkou, ktorá vie dobre zaobchádzať s inz. pumpou, a rôzne funkcie umožnili upraviť liečbu a prispôbiť dávkovanie mojim zmeneným potrebám v danom životnom období. Páči sa mi, že všetko čo k pumpe potrebujem, sa mi zmestí do kabelky, lebo už samotnú pumpu mám stále so sebou, teda presnejšie na sebe ☺.

Prečo ste si vybrali pumpu Accu-Chek?

Od prvého momentu, keď mi pracovník Roche, ktorý bol sám diabetik, prišiel predstaviť inz. pumpu, a vedel nielen dobre vysvetliť manipuláciu pumpy, ale aj skvelo zodpovedať na všetky otázky a obavy, verne priblížiť, čo život s pumpou obnáša. Oceňujem výber rôznych dĺžok hadičiek, čo je pre mňa pri športe veľmi dôležité, ako aj ľahké naplnenie zásobníka inzulínom, čo zvládne aj malé dieťa. Rada by som vyzdvihla aj jednoduché a intuitívne ovládanie pumpy, jej diskretnosť a spojenie s datamanažérom, ktorý pripomína mobilný telefón. Nemám žiadne obavy čo by sa stalo, ak by nastal nejaký problém s pumpou, lebo kedykoľvek zavolám, ochota pomôcť zo strany firmy Roche je mimoriadna. Som nadmieru spokojná aj so spôsobom zabezpečenia výmeny pumpy po 4 rokoch.



Roche

Accu-Chek® Combo

Accu-Chek® Instant



**Accu-Chek®
Insight**
s predplneným
inzulínovým
zásobníkom



V prípade otázok alebo poruchy Vašej inzulinovej pumpy Accu Chek® sa obráťte na našu **zákaznícku linku +421 2 3278 6694**, ktorá je v prevádzke 24 hodín denne / 7 dní v týždni.

Informácie obsiahnuté a odkazované v publikácii slúžia iba na informačné účely, sú určené na podporu, nie na nahradenie vzťahu medzi pacientom a zdravotníkom.



Ak sa chcete dozvedieť viac,
navštívte **www.accu-chek.sk**.

Accu-Chek, Accu-Chek Insight, Accu-Chek Spirit Combo, Accu-Chek Performa Combo a Accu-Chek Instant sú ochranné známky spoločnosti Roche.
© 2020 Roche Diabetes Care.

Roche Slovensko, s. r. o.
Diabetes Care, Pribinova 7828/19
811 09 Bratislava - mestská časť Staré Mesto

ACCU-CHEK®