

Nowe technologie w walce z cukrzycą

data aktualizacji: 2019.03.22 autor:



(Pixabay)

Nowoczesne leczenie cukrzycy, to nie tylko stosowanie najnowszych leków, ale także korzystanie ze zdobyczy techniki, takich jak aplikacje na smartfony i urządzenia mobilne. Aplikacje te ułatwiają życie diabetykom pomagając m. in. śledzić poziom cukru we krwi i nadzorować ilość węglowodanów i dawkę insuliny, aby uniknąć hiperglikemii oraz hipoglikemii. Ważne dane takie jak poziom glukozy we krwi, posiłki, lekarstwa, węglowodany czy ilość insuliny są gromadzone w specjalnym dzienniczku. Na ekranie aplikacji widać średni poziom cukru we krwi. Dzięki temu można przedstawić lekarzowi prowadzącemu codzienne, tygodniowe oraz miesięczne analizy poziomu cukru we krwi.

Jest dużo aplikacji, które potrafią czytać dane z glikometru. Można wpisując adres mailowy bądź kontakt telefoniczny przesłać te dane innym, np. dziecku zmagające się z cukrzycą, które robi pomiary w szkole, może przesłać je za pomocą telefonu swoim rodzicom. Są aplikacje zawierające „przypominajki”, dające możliwość oznaczenia pomiaru poziomu cukru przed posiłkiem lub po posiłku. Aplikacja przetworzy i przypomni o porze spożycia posiłku i przeliczy, ile kalorii zostało spożytych. Dzięki nowoczesnym aplikacjom można w bardziej obrazowy sposób kontrolować chorobę, jednak samokontrola oraz umiejętność interpretacji wyniku są bardzo ważne. Nowe

aplikacje pozwalają nam na robienie notatek na bieżąco. Wykonując pomiar, oflagowują go, że został zrobiony po jedzeniu czy przed posiłkiem, z boku od razu chory ma możliwość sporządzenia notatki – co zjadł i co się zadziało, czy był zdenerwowany, czy zjadł np. kawałek tortu do posiłku, dlaczego poziom cukru był taki wysoki w danym dniu. Do aplikacji można sobie dodatkowo wpisać swoje wartości ciśnienia tętniczego, poziom cholesterolu, wiek, wzrost, a wszystko da nam obraz, czy jesteśmy narażeni na choroby układu krążenia czy też nie. Dodatkowo, poza dobrze kontrolowaną glikemią, chory wie, czy grożą mu jakieś powikłania.



Anna Kleszowska, psychodietetyk

Przychodnia Judyta w Skierniewicach

Źródło: <https://skierniewice.eglos.pl/aktualnosci/item/31426-nowe-technologie-w-walce-z-cukrzyca>