

Для чего нужен короткий инсулин?

- для быстрого уменьшения уровня сахара в крови

Когда вводить инсулин короткого действия?

- вводят его как правило перед едой. Заранее установленной дозой для компенсации этой самой еды.

- так же для компенсации, если вдруг повысился сахар из-за [причин этого списка](#) .

Куда вводить инсулин короткого действия?

- в подкожный жир в местах быстрого всасывания: живот, тыльная часть плеча(около трицепса).

Как рассчитать необходимое количество вводимого короткого инсулина?

- Доза подбирается индивидуально, методом "научного тыка". Его устанавливает врач-эндокринолог. Основная суть: компенсировать повышение уровня сахара необходимым количеством единиц инсулина. Т.е. вы съедите 3 ХЕ(хлебные единицы еды) на компенсацию 1 ХЕ в среднем необходимо от 0,5 до 4 ед инсулина. Чтобы определить потребность нужно:

1. Замерить уровень сахара до еды .
2. Оценить еду в ХЕ. - можно [отсюда](#) . Желательно, чтобы это было 4 ХЕ - для точности расчёта.

3. Ввести ориентировочную дозу инсулина, запомнить её. Например, из расчёта 0,5 ед инсулина на 1 ХЕ. Итого 2 ед инсулина.

4. Через 2 часа снова замерить уровень сахара... Запомнить, и скомпенсировать, если уровень сахара больше нормы.

5. Проводим расчёт в [калькуляторе инсулина](#), заполняя первый столбец.

6. Получаем во втором столбце **расход инсулина ЕД/ХЕ** - сколько необходимо инсулина на компенсацию 1 ХЕ еды.

7. Далее на будущее во втором столбце(контролируя ВАШУ ЦИФРУ расход инсулина ЕД/ХЕ) можно оценивать по количеству еды в ХЕ необходимую дозу.

Теперь можно просто рассчитывать сколько инсулина нужно для еды - путём расчёта количества еды в ХЕ, умножив на расход инсулина ЕД/ХЕ.

Помните. Потребность инсулина может быть различной из-за:

- Времени суток! Можно провести замеры в разное время суток и вопрос отпадёт!
- физической активности,
- эмоционального фона - настроение,
- и прочее.

Этот расчёт помогает мне. Я не несу ответственности за его использование другими лицами, но можете проверить по вашим данным.