



# ► Samokontrola glikemije

Samokontrola daje informacije o vrijednosti glukoze u krvi u svakodnevnom životnim prilikama s ciljem postizanja dobre regulacije glikemije te sprječavanja razvoja akutnih i kroničnih komplikacija šećerne bolesti. Bolesnik vrši samokontrolu glukometrom.

Samokontrolom postižemo:

- evaluaciju vlastitog odgovora na terapiju
- postizanje zadanih glikemijskih ciljeva
- pravovremenu prilagodbu terapijske sheme
- motivaciju bolesnika.

Učestalost i vrijeme provođenja samokontrole glikemije:

- Potrebno je individualizirati samokontrolu prema vrsti terapije, posebnim potrebama i ciljevima bolesnika te očekivanjima liječnika.
- Za bolesnike koji se liječe peroralnom terapijom poželjno je provjeriti glikemije jedan do dva puta tjedno.
- Za bolesnike koji se liječe inzulinom jednom dnevnom dozom poželjno je provjeriti glikemiju jedanput dnevno.
- Za bolesnike liječene dvjema dozama inzulina dnevno preporučljivo je mjerenje glikemije dva puta na dan.
- Za one liječene trima dozama inzulina dnevno preporučljivo je provođenje samokontrole glikemije tri puta na dan.
- Za bolesnike koji se koriste inzulinskom crpkom ili

intenziviranom inzulinskom terapijom (bazalni + prandijalni + korektivni inzulin) poželjno je mjeriti glikemiju četiri puta na dan.

## SHEME SAMOKONTROLE:

### PERORALNA TERAPIJA

| DATUM       | IZMJERENE VRIJEDNOSTI GUK-a |       |        |     |
|-------------|-----------------------------|-------|--------|-----|
|             | DORUČAK                     | RUČAK | VEČERA | NOĆ |
| 1. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 5. svibnja  |                             | X     |        |     |
| 9. svibnja  |                             |       | X      |     |
| 13. svibnja |                             |       |        | X   |
| 17. svibnja |                             |       |        |     |
| 21. svibnja |                             |       |        | X   |
| 25. svibnja |                             |       |        |     |

### INZULINSKA TERAPIJA - jedna doza inzulina

| DATUM       | IZMJERENE VRIJEDNOSTI GUK-a |       |        |     |
|-------------|-----------------------------|-------|--------|-----|
|             | DORUČAK                     | RUČAK | VEČERA | NOĆ |
| 1. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 2. svibnja  |                             | X     |        |     |
| 3. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 4. svibnja  |                             |       | X      |     |
| 5. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 6. svibnja  |                             |       | X      |     |
| 7. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 8. svibnja  |                             |       |        | X   |
| 9. svibnja  | X                           |       |        |     |
| 10. svibnja |                             |       |        | X   |

### INZULINSKA TERAPIJA – dvije ili tri doze inzulina

| DATUM      | IZMJERENE VRIJEDNOSTI GUK-a |       |        |     |
|------------|-----------------------------|-------|--------|-----|
|            | DORUČAK                     | RUČAK | VEČERA | NOĆ |
| 1. svibnja | X                           | X     |        |     |
| 2. svibnja |                             |       | X      | X   |
| 3. svibnja | X                           |       |        | X   |
| 1. svibnja | X                           |       | X      |     |
| 2. svibnja |                             | X     | X      |     |
| 3. svibnja |                             | X     |        | X   |
| 4. svibnja | X                           |       | X      |     |

### INZULINSKA TERAPIJA – četiri ili pet doza inzulina

| DATUM      | IZMJERENE VRIJEDNOSTI GUK-a |       |        |     |
|------------|-----------------------------|-------|--------|-----|
|            | DORUČAK                     | RUČAK | VEČERA | NOĆ |
| 1. svibnja | X                           | X     | X      | X   |
| 2. svibnja | X                           | X     | X      |     |
| 3. svibnja | X                           | X     | X      | X   |
| 4. svibnja | X                           | X     | X      |     |
| 5. svibnja | X                           | X     | X      | X   |
| 6. svibnja | X                           | X     | X      | X   |
| 7. svibnja | X                           | X     | X      | X   |

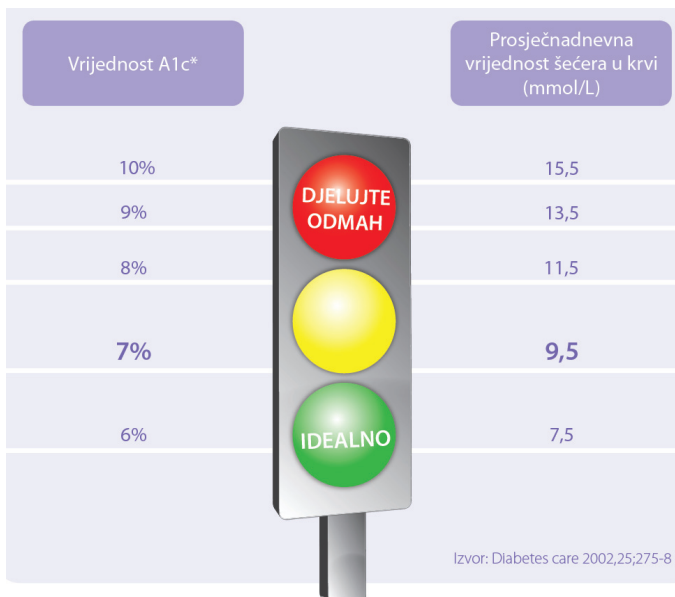
Autor: **Odjel za endokrinologiju i diabetologiju**, Opća bolnica Pula  
Recenzija: **Roberta Katačić**, doktorica medicine, magistra javnog zdravstva



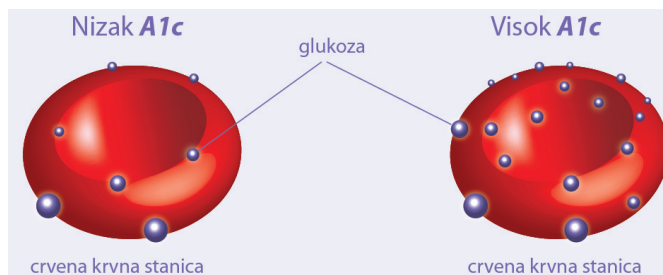


# ► Samokontrola glikemije

Najbolji je laboratorijski pokazatelj regulacije glikemije HbA1C, koji bi trebao korelirati s vrijednostima samokontrole.



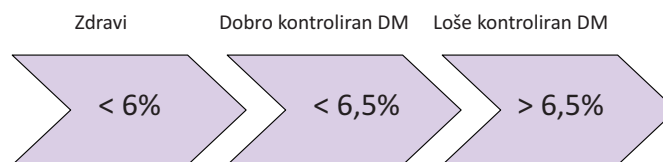
- Vežanje glukoze za hemoglobin normalna je pojava i mjeri se postotkom HbA1c ili postotkom glikoziliranog hemoglobina.
- Kad se glukoza jednom spoji s hemoglobinom, ostaje vezana tijekom života eritrocita, obično oko 120 dana.
- Razina HbA1c u bolesnika pokazuje kolika je prosječna vrijednost glukoze u krvi te kako je šećerna bolest kontrolirana u posljednja dva do tri mjeseca.



## ŠTO JE HbA1C – GLIKOZILIRANI HEMOGLOBIN?

- Hemoglobin je sastavni dio crvenih krvnih zrnaca, tzv. eritrocita.
- Dok eritrociti putuju u krvi, jedan će se dio glukoze u krvi vezati na hemoglobinski dio eritrocita.

## CILJNI HbA1C ZA DOBRU KONTROLU DM:



Ovisno o dobi i komorbiditetima, tolerira se vrijednost HbA1C do 7,5%

Autor: **Odjel za endokrinologiju i diabetologiju**, Opća bolnica Pula  
Recenzija: **Roberta Katačić**, doktorica medicine, magistra javnog zdravstva

