

Spis treści

Wiadomości ogólne na temat cukrzycy	9
Definicja	9
Epidemiologia cukrzycy	9
Etiopatogeneza cukrzycy typu 1	10
Rola zakażeń wirusowych	11
Rola układu immunologicznego	12
Podsumowanie	12
Klasyfikacja cukrzycy	13
Ciąża u kobiety chorej na cukrzycę	14
Wyrównanie metaboliczne cukrzycy	16
Dlaczego chorujemy?	17
Ostre powikłania cukrzycy	19
Definicja	19
Hipoglikemia – niedocukrlenie	19
Objawy hipoglikemii	20
Najczęstsze przyczyny hipoglikemii	22
Leczenie hipoglikemii	22
Hiperglikemia – wysokie stężenie cukru we krwi	23
Kwasica ketonowa	25
Przewlekłe powikłania cukrzycy – dlaczego warto dobrze się leczyć?	26
Retinopatia cukrzycowa	26
Nefropatia cukrzycowa	27
Neuropatia cukrzycowa	27

Zasady leczenia cukrzycy	29
Na czym polega leczenie cukrzycy typu 1?	29
Jakie są cele leczenia cukrzycy?	31
Co oznacza dobre wyrównanie metaboliczne?	31
Jak możemy ocenić poziom wyrównania metabolicznego?	33
Jakie metody leczenia insuliną gwarantują dobre wyrównanie?	33
Preparaty insulin oraz profile ich działania	35
Metoda funkcjonalnej insulinoterapii	38
Co warto wiedzieć o leczeniu za pomocą osobistej pompy insulinowej?	39
W jakim celu prowadzimy zeszyt samokontroli?	42
Zdrowe żywienie w cukrzycy	42
Żywienie a insulinoterapia	44
Dlaczego warto pamiętać o zapotrzebowaniu energetycznym?	45
Białko	47
Tłuszcze	47
Węglowodany	48
Błonnik pokarmowy	48
Warzywa	48
Owoce	49
Witaminy	49
Wymiennik węglowodanowy – dlaczego jest potrzebny?	49
Jak posługujemy się wymiennikiem węglowodanowym?	56
Co oznacza pojęcie indeksu glikemicznego (IG)?	56
Co to jest 1 wymiennik białkowo-tłuszczowy (WBT)?	59
Żywienie dzieci i młodzieży leczonych za pomocą osobistej pompy insulinowej	60
Bolus prosty	60
Bolus przedłużony	60
Bolus złożony	62
Jak liczymy wymienniki węglowodanowe (WW) i białkowo-tłuszczowe (WBT)?	62
Wysiłek fizyczny jako istotny element leczenia cukrzycy	63
Czy zawsze wysiłek fizyczny ma dobry wpływ na leczenie?	66
Co oznacza pojęcie nocnej powysiłkowej hipoglikemii?	69
Edukacja pacjenta i jego rodziny – rola w procesie terapeutycznym	71
Od psychologa dla rodziców o cukrzycy	71
Porozmawiamy o dziecku z cukrzycą w szkole	73

Porozmawiajmy z nauczycielem na temat _____	75
Dziecko z cukrzycą w trakcie zajęć wychowania fizycznego i wycieczki szkolnej _____	76
Zadawaj pytania i pogłębiaj swoją wiedzę _____	77
W jaki sposób jest zorganizowana opieka nad dzieckiem chorym na cukrzycę? _____	78
Poradnia diabetologiczna dla dzieci i młodzieży _____	78
Oddział diabetologiczny _____	79
Wybór zawodu _____	79
Pytania i odpowiedzi _____	81
Słownik terminów używanych w diabetologii _____	87
Wykaz poradni diabetologicznych _____	91
Wykaz Kół Przyjaciół Dzieci z Cukrzycą _____	97