



- **Гипогликемия**
- **Правила ухода за ногами**

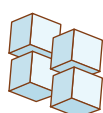
# ГИПОГЛИКЕМИЯ

## ГИПОГЛИКЕМИЯ – уровень глюкозы плазмы менее 3,9 ммоль/л

### Симптомы легкой гипогликемии (не требуется посторонняя помощь)

- Бледность
- Сердцебиение
- Головокружение
- Чувство голода
- Беспокойство
- Страх
- Слабость
- Потливость
- Дрожь в теле

### Лечение легкой гипогликемии



4 куска сахара



1 стакан фруктового сока



2 чайные  
ложки меда



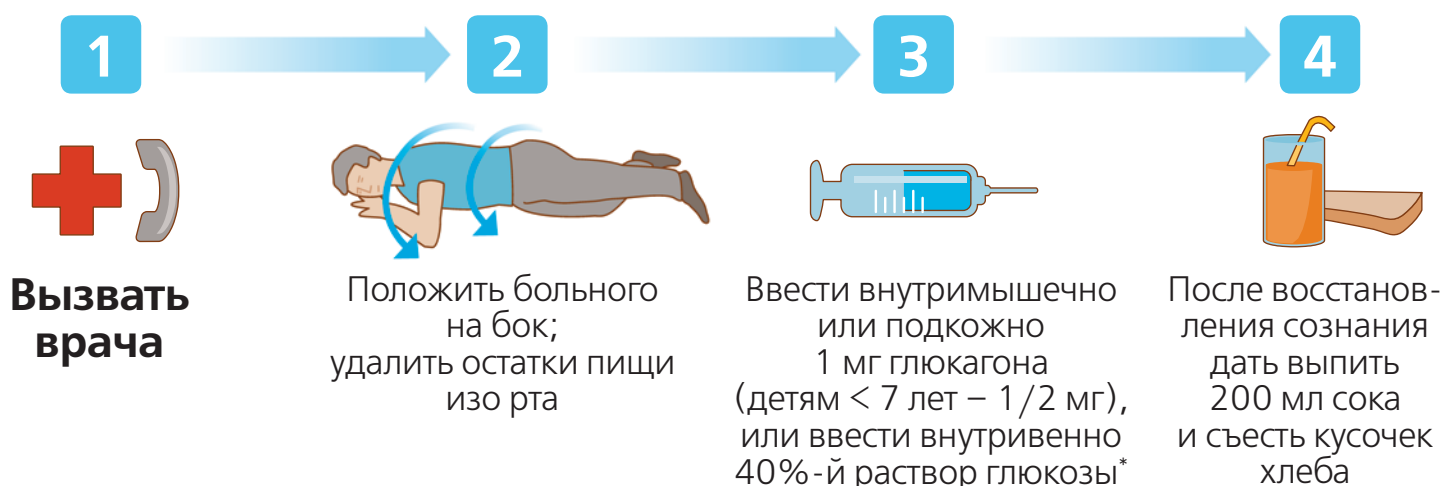
1 стакан газированной  
воды на сахаре



### Симптомы тяжелой гипогликемии (требуется посторонняя помощь)

- Спутанность мыслей
- Плохая координация
- Нарушение речи
- Потеря сознания
- Судороги
- Кома

### Лечение тяжелой гипогликемии



\* Алгоритмы специализированной медицинской помощи больным сахарным диабетом / Под редакцией И.И. Дедова, М.В. Шестаковой, А.Ю. Майорова. – 9-й выпуск, 2019 год. Подготовлено по материалам книг: Сахарный диабет 1 типа: руководство для пациентов. / А.Ю. Майоров, Е.В. Суркова, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 120 с. Сахарный диабет 2 типа: руководство для пациентов. / Е.В. Суркова, А.Ю. Майоров, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 116 с.

# ПРАВИЛА УХОДА ЗА НОГАМИ



Осматривайте ваши стопы ежедневно



Мойте ноги ежедневно с мылом под проточной водой



Пользуйтесь специальными средствами по уходу за кожей ног



Обработку ногтей проводите с помощью пилки для ногтей, а кожи стоп – с помощью пемзы



Пользуйтесь шерстяными носками для согревания ног



Носите только специально подобранную обувь



Курение особенно вредно в отношении здоровья ваших ног



Не ходите без обуви



Не применяйте спиртовые и красящие растворы при повреждении кожи стоп



Не обрабатывайте ногти и мозоли острыми и режущими предметами



Не согревайте ноги с помощью грелок, электронагревательных приборов и батарей



Не носите узкую обувь и обувь на высоком каблуке

Подготовлено по материалам книг: Сахарный диабет 1 типа: руководство для пациентов. / А.Ю. Майоров, Е.В. Суркова, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 120 с. Сахарный диабет 2 типа: руководство для пациентов. / Е.В. Суркова, А.Ю. Майоров, О.Г. Мельникова. – М.: Фарм-Медиа, 2016. – 116 с.

**ООО «Ново Нордиск»**

Россия, 121614, Москва, ул. Крылатская, д. 15, офис 41  
Тел.: +7 (495) 956-11-32, факс: +7 (495) 956-50-13  
[www.novonordisk.ru](http://www.novonordisk.ru) • [www.novonordisk.com](http://www.novonordisk.com)

