

## Глюкометр – прибор для определения глюкозы крови



Глюкометры могут отличаться между собой:

- методом проведения теста (электро- и фотохимические),
- скоростью определения уровня глюкозы (от 5 до 45 секунд),
- наличием или отсутствием специального кода, который необходимо ввести для использования тест-полосок,
- объемом памяти полученных результатов,
- дополнительными функциями.

Преимущества:

- быстрое получение результата,
- высокая точность (допустимая погрешность, 10-20%, не оказывает значимого влияния на оценку результата),
- возможность носить с собой,
- удобные дополнительные функции (память, звуковой сигнал для слабовидящих пациентов, возможность загрузки результатов в компьютер или смартфон и т.д.).

Недостатки:

- более высокая стоимость тест-полосок и расходы на приобретение самого прибора.

**!!!** Выбирайте прибор, который вы сможете себе позволить «содержать», поскольку основные расходы — это не стоимость прибора, а приобретение тест-полосок.

**Помните**, что глюкометры регулярно необходимо калибровать (проверять их точность при помощи раствора глюкозы с известной концентрацией, который прилагается к прибору, или в лабораториях/фирмах, предлагающих такие услуги), а также вовремя менять батарейки.

**Помните, что нельзя использовать тест-полоски**

- подвергшиеся воздействию высоких или низких температур,
- с истекшим сроком годности,
- хранившиеся в открытой упаковке.

**КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ**

Необходимо включить прибор, ввести код тест-полосок (при необходимости), вставить тест-полоску и нанести на нее маленькую каплю крови, полученной из пальца (тест-полоска с капиллярным устройством сама всосет кровь из капли).

## Техника взятия капли крови



Для взятия крови удобнее всего пользоваться специальными устройствами (поставляются в комплекте к прибору или приобретаются отдельно), в которые вставляются иглы (ланцеты), позволяющие сделать прокол кожи менее болезненным. Ланцеты необходимо менять, чтобы предотвратить травматизацию тканей тупыми иглами и инфицирование.

Перед проколом пальца необходимо вымыть руки теплой водой (кроме гигиены, это обеспечит приток крови) и насухо вытереть их. Обрабатывать кожу спиртом или иными растворами не нужно — это может исказить результат.

Прокол следует делать на боковой поверхности концевой фаланги пальца. В боковых поверхностях проходят кровеносные сосуды, а в подушечках — нервные волокна. Проколы в подушечках дают меньшее количество крови, более болезненны и хуже заживают. Лучше не прокалывать большие и указательные пальцы, так как они чаще используются для различной деятельности (письмо и т.п.)

После прокола надо поднести палец с каплей крови к тест-полоске и капнуть на нее или дать возможность капиллярной полоске засосать кровь.

Если по какой-то причине руки вымыть не удалось, тогда первую каплю крови стереть и для анализа использовать вторую. Теперь надо подождать несколько секунд — и результат готов. После этого занесите результат в [Дневник самоконтроля](#).